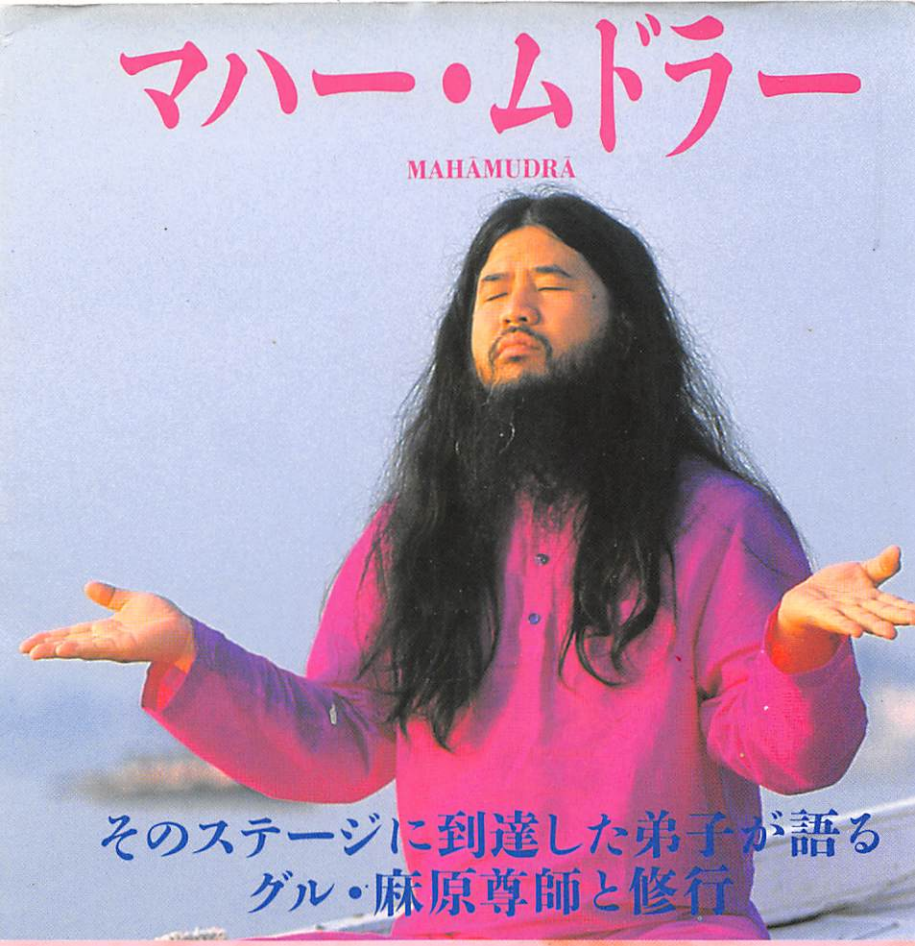
マハー・ムドラー

MAHĀMUDRĀ



そのステージに到達した弟子が語る
グル・麻原尊師と修行

Maitreya

Sakulā

オウム出版広報編集部 編

マハー・ムドラー

MAHĀMUDRĀ

そのステージに到達した弟子が語る
グル・麻原尊師と修行

はじめに

マハー・ムドラー――煩悩を打ち砕き、その成就に達した者の心は、光輝き透明である。仏典でいう〝阿羅漢〟とは、この境地を指すのである。

不思議な出会いから始まって、なんとなく修行の道に入り、懸命に自己と闘いながらも、つまずき、屈折し、ともすれば道を外れそうになる弟子たち。そんな彼らを、様々な神通力、智慧を駆使して、マハー・ムドラーの成就、そしてさらなる高みにまで導いていくグル（導師）麻原彰晃尊師――。

二千六百年前、サキャ神賢（釈迦牟尼）の教団で起こった奇跡が、今また現代に甦ったのだ。

第一話では、麻原尊師の七百名余りの弟子の中で、最も古くから尊師についてきたサクラー正悟師、第二話では、エリートコースを捨てて修行の道を選んだマイトレーヤ正悟師。二人の高弟の赤裸々な体験を、これからあなたにご紹介しよう。

彼らの後に続き、あなたがこの素晴らしい世界に到達されることを心より願って――。

一九九二年三月三日

オウム出版広報編集部

※なお、本書をもっと深く読みたい方は、次の本を参照してください。
『生死を超える』
『マハーヤーナ・スートラ』
『イニシエーション』
『タターガタ・アビダンマ』
（すべて麻原彰晃著・オウム出版）

マハー・ムドラー

そのステージに到達した弟子が語るグル・麻原尊師と修行

はじめに——3

第一話　生死を超えて光の世界へ　11

- 心は時をさかのぼり——
- 出会い——なぜか涙が止まらない
- 解脱——尊師の与えてくれた宝
- 初めての極厳修行
- 弟子を見守るグル
- 必ずや成就したい！
- どろどろと渦巻く醜い心

◉自分という大きな嘘
◉この世から消えてしまいたい
◉いつも見ているから頑張れ!
◉悪魔が襲う!——地獄・餓鬼・動物のカルマ
◉懸命なる修行——睡眠も一、二時間
◉やっと一人の修行者になったな
◉グルを信じてさえいれば……
◉食欲との闘い
◉正直にありのままに生きよう
◉三回目の挫折——修行のテクニックミス
◉悟りのとき
◉もう、今までの自分はいない
◉ラージャ・ヨーガの限界
◉クンダリニー・ヨーガの成就
◉マハー・ムドラーの成就に向けて
◉大きな壁を超えて
◉弱まる煩悩
◉再び味わう苦悩

◉輝く青空間を抜けて
◉光輝く修行の道を

第二話　導かれた解脱の境地　103

◉解脱の瞬間
◉人生を変えた出会い
◉直弟子になる
◉エリートコースを捨てて
◉クンダリニー・ヨーガの成就――目まぐるしい神秘体験
◉偽りの修行、偽りの救済
◉芽生える不信
◉進まぬ救済活動
◉最終解脱者なのにどうして?
◉もう一つの苦悩――愛着による苦しみ
◉生まれて初めての挫折
◉あと、十年は我慢しよう
◉強烈なカウンターパンチ

◉選択は一つ
◉愛着、嫉妬、怒り……
◉煩悩超越のための試行錯誤
◉断ち切られた執着
◉深まる納得——修行はすべきだ！
◉同じ悩みを持つ法友のために
◉災い転じて福となす
◉近づくマハー・ムドラーの成就
◉聖なるヒマラヤへ——
◉念を強めろ！
◉熾烈な加速実験
◉初めて体験した〝本当の喜び〟
◉観念の崩壊に向けて
◉捨てるということ
◉目の前に光は満ちて……
◉遥かなるマハー・ニルヴァーナを目指して
◉すべてはグルの愛
◉未来際もついていきたい

第一話　生死を超えて光の世界へ

◉心は時をさかのぼり――

九一年、十二月二十七日。今まさに、新しい年が明けようとしているころ――。知らせを聞いて、テレビのスイッチを入れると、ピッ……鮮やかな画面が浮かび上がりました。

「TVタックル」。ビートたけしの人気番組です。年越しスペシャル判ということか、「DELUXE」という文字がふられていました。

画面右には、金色の布をかけた椅子に座ったビートたけし。左には、赤紫のクルタを着た麻原尊師が座っています。テーマは、「予言」ということらしかったのですが、話が弾んで〝死〟を命題とした密教の深遠な教義にふれた話題にまで発展しました。

「本当にずいぶん有名になったなあ……。」

ふっとそんな思いがよぎりました。今や、オウム真理教の麻原彰晃尊師といえば、日本で知らない人はいないんじゃないかとさえ思えるほどです。まだオウム真理

教が創設される以前から尊師を知っているわたしは、突然、不思議な心持ちに襲われました。

しかし、番組は、そんなわたしの気持ちにはおかまいなしに、どんどん進められていきます。整然と仏教の理論を説かれていく尊師――。この番組を見ている視聴者の目には、尊師は、どのように映っているのでしょう。

おそらくわたしの中にある〝尊師〟とは、違うんだろうな……。そう思いました。テレビや雑誌で見る〝尊師〟と、わたしたち弟子に接する〝尊師〟は違います。弟子に接する尊師の姿は、たぶん絶対にテレビや雑誌などのマスメディアでは知ることのできないものでしょう。

わたしの中にあるいろいろな尊師の姿が浮かんでは消え、浮かんでは消えていきました。慈愛の顔、怒りの顔、哀しみの顔……。

様々な思いが巡り、最後に、わたしの心は、尊師と出会った瞬間にまでさかのぼっていきました――。

◉出会い——なぜか涙が止まらない

わたしが、尊師と出会ったのは、もう八年も前のことになります。

八年前——。わたしはそのころ二十三歳で、肉体的にも精神的にもたくさんの悩みを抱えていました。

体はガリガリに痩せていて、体重も三十八キロぐらい。目は悪かったし、鼻は慢性アレルギー性鼻炎、喉は扁桃腺肥大、一年に四、五回高い熱を出していました。胃下垂で、胃腸も弱く、若いころからバリウムなどをよく飲みに行っていました。ホルモン的にもバランスを崩していたし、ともかく病弱でした。

精神的にはもっと病んでいて、自分の周りの環境がどんどん悪い方向に転じて、下へ転がる一方だったように思えます。特に、恋人との関係が悩みの種でした。生きていくことそのものに疲れ、自暴自棄になりかけていたとき、ある友人の紹介で尊師とお会いしたのです。

そのころ、尊師は渋谷でヨーガ教室を開いていらっしゃいました。もちろん、

「オウム真理教」は存在せず、数名の生徒さんがいるのみの小さなヨーガ教室でした。尊師ご自身もまだ最終解脱を果たされておらず、修行の途上にありました。

初めてお会いした印象というのは、なんていうんでしょうか——今思い出しても、不思議としかいいようがありません。

尊師とお話ししたのはわずか三十分ぐらいだったのですが、なぜかこの人だったら信じられるんじゃないかというような感じがして、自分の内側の最も人に言いたくない部分をさらけ出して、悩みを打ち明けているのです。

「なんで初対面の方に、こんなにストレートに話すことができるんだろう。」

と表層意識では疑問に思いながら、心の奥底からは、

「自分はなんて自分の人生を無駄にしてきたのだろう。」

という思いが、込み上げてくるのです。——いつしか、涙が頬を濡らしていました。

わたしは元来口ベタで、自分の厭なことを話すものですから、あまり言葉が出

なかったのですが、それでも尊師は、
「完成された話は、僕は好きじゃないんだよ。でも、君の言いたいことはすぐわかる。」
とおっしゃっいました。
こんな体験をしたのは、今思えば前生の記憶だったのでしょう、何も言わなくても自分のことを理解してくれる人だというのが直感的にわかっていたんだと思います。
「こういう人に初めて会ったんだ。」
わたしは、言いようのない安心感を覚えて帰路に着きました。

◉解脱――尊師の与えてくれた宝

この運命の出会いから、もう八年――。わたしの何もかもが変わってしまいました。尊師がこの間にわたしに与えてくれたものすべてを言い尽くすこと、それ

は、この小さな紙面ではとてもとても不可能でしょう。

尊師は、わたしに〝解脱〟という宝を与えてくださったのです。小さいころから求めてやまなかった心の安らぎ……。恋人と遊び、着飾って、おいしいものを食べても決して得ることのできなかった幸福、自由、歓喜！　それは、おそらく体験した人だけしか理解することができないでしょう。

解脱には、いろいろな段階がありますが、わたしは、ラージャ・ヨーガの成就、クンダリニー・ヨーガの成就、マハー・ムドラーの成就という三つのヨーガの成就を順々に果たしました。最後のマハー・ムドラーの成就というのは、仏典でいう〝阿羅漢〟の境地で、個人としての修行の完成です。望むならニルヴァーナ、涅槃に至ることができるというステージです。

もちろん、このレベルに至るまでさっさと進んできたわけではありません。わたしは、もともと奔放で自分勝手な性格で、恋人やファッションのことの方が修行よりもずっと大事というタイプでした。つらくなると「修行をやめます」といっ

て、尊師と大ゲンカをしたことも何回かありました。もちろん、尊師に何を言ってもケンカにはならないので、実際は、わたしが一方的にふっかけているだけでしたが……。

修行によって得られる喜びというのは、性欲や食欲などの煩悩（ぼんのう）を満足させることによって得られるものとは、全く次元の違う喜びです。その素晴らしさを一度知ってしまうと、他のものがすべてつまらなく思えるほどです。しかし、その途上においては、強い苦しみを感じることもあるのです。なにしろ、修行の目的である煩悩の破壊をするためには、心の内側の醜い部分をえぐり出していかなくてはならないのですから。

やはり心の弱さでしょう。そういう苦しみにぶつかると、修行の素晴らしさがわかってはいても、すぐに逃げ出したくなってしまうのです。そして、尊師にわがままを言っていたのでした。

そんなジャジャ馬娘のわたしを尊師は、時に厳しく叱り、時に優しくなだめて

修行をするように導いてくださったのです。

――どんな言葉を使っても、わたしにとっての〝尊師〟というのは、語り尽くせないような気がします。強いていえば、わたしが成就のための極厳（きょくげん）修行に入っていたときの体験談が、何よりもわたしにとっての尊師を雄弁に語っているといえるでしょうか。

第一番目のラージャ・ヨーガの成就のためにリトリート（個室）修行に入ったときには、わたしは毎日日記をつけていました。その日記の随所に、尊師の姿が見え隠れしています。

ラージャ・ヨーガの極厳修行――それは、修行の道に入って五年目、八八年十月十四日に始まりました。

※特殊な調気法。プラーナーヤーマは、調気法の意。

◉初めての極厳修行

●十月十四日（水）

昨日、グルより「今晩から極厳修行」と言われる。心の準備はできてはいたが、やはり少し不安であった。

いざ、真っ暗な部屋に入ってみると、それほどの恐怖、孤独感はない。

頑張らなくては、グルがわたしに与えてくださった解脱への道なのだから……。

●十月十八日（日）

※ヴァヤヴィヤ・クンバカ・プラーナーヤーマ。依然としてクンバカ（保息）の恐怖が続いている。それでも何とか三時間続けていて、ふと気になることが出てきたので、『マハーヤーナ　NO2』をKさんに見せてもらう。ケイマ大師（現マハー・ケイマ正大師）の体験談の中でのヴァヤヴィヤのことを参考にしたかったからだ。

以前に読んだときも、涙が出てきたくらい感激した体験談だったけれど、今読むと、自分とのレベルの差、意気込みの違い、グルへの信・帰依、それらをありありと比較されたような気になって、ひどく落ち込んだ。

暗闇の中で、解脱という、わたしには計り知れないくらい大きな圧力がかかってきたような気がする。不安でどうしようもなくなってきた。泣いてだれかに助けを求めたかった。子供のころ、迷子になったときのように恐かった。

部屋を出れば、Kさんも、Yさんも、他にも人はいるけれど、自分自身との葛藤が非常に恐かった。

◉弟子を見守るグル

●十月二十三日（金）

一回目のツァンダリーの瞑想は、やはりすぐ雑念の中に入ってしまう。なかなか先に進まない。三時間もかかってやっと終わる。

ふと、不安になってしまった。修行法が間違っているのだろうか。止まってしまっているのだろうか。気が下がっているのだろうか。——だれにも聞けないことが、よけい不安をつのらせた。グルに問いかけるようにお願いする。

「教えてください。帰依がまだ足りないのはわかっています。けれど、どうかわたしを見放さないでください。」

すると、二、三分後、頭頂（ブラフマランドラ）が急に熱くなる。気が一点に集中し出し、そこにエネルギーみたいなものが入っていくような感覚がする。軽くしびれがくる。確か、ツァンダリーのプロセスに似ている。

熱→しびれ→大楽・震動

すぐにわたしは二回目のツァンダリーの瞑想に入った。中央からの「不死の甘露」は、落ちてはこなかったが、右半身には、強い冷たさを感じていた。雑念も少なく、今度はすんなり進んだ。とても不思議な感覚だった。

グルはいつもわたしを見ていてくださる。とてもうれしかった。

◉必ずや成就したい！

●十月二十八日（水）

今日は珍しく午前中はまじめに修行をした。

でも午後から、だんだん調子が悪くなり、瞑想もほとんど雑念状態だった。七時くらいからまた落ち込み出す。もう修行がイヤになってしまった。それから、何回か普通の生活に戻ったことを考えた。

「ちょうど今ごろは、ご飯の時間かしら。家では何もかも母にやってもらっていたので、楽だった。テーブルにつくとレストランにいるように、次々に食事が運ばれた。後かたづけもしないで、居間に行く。ソファーにもたれ、ＴＶを見出す。デザートを食べながら……。」

あー、何もかもイヤになってしまった。楽な生活に戻りたい。

「わたしには、解脱は無理なのではないか。」

「全然修行が進まない。」

わたしはエゴの固まり。次から次へとエゴが出てくる。何てわたしは弱いのだろう。苦しい苦しい、いつまでこの生活が続くのだろう。

もう、やめてしまいたい。でも、やめたらもう、オウムには戻れない。

何度も何度も、繰り返し考えた。解脱と元の生活を。

程なく「九時です」とKさんの声。浄化法の時間だ。けだるく起き出し、洗面所に行く。苦痛のガージャ・カラニー。いやいや始める。一・五リットル飲み、吐き出しているとき、本当に苦しかった。吐いているから出る涙の他に、つらくてつらくて涙が出た。

「なんでこんな思いをしなくてはいけないんだろう。」

一・五リットル吐き出した後、半分やけになっていた。そのうちに、吐き出す際、自然と心の中で観想していた。

「エゴを吐き出してください。わたしの心の嫉妬心を吐き出してください。妬みを吐き出してください。どうか浄化してください。」

浄化法のときの癖が、自然と身についていたのだった。その調子で六リットルが終わった。

やっぱりわたしは修行者なんだろうか。以前は恋人とのおしゃべりが楽しかった。でも今は、例えば「蓮華の会」での体験談発表――寮の先生をしているHさんが、かぜで学校を休んでいる生徒に、ネーティを勧めたら、次の日元気になって学校にきたという話――こういう話を聞くのが楽しかった。うれしかった。

浄化法が終わって、すっきりしたせいか、気持ちが修行に戻っていた。きっと、これからも、こんな気持ちに何度かなると思うけれど、必ずや成就したい。

◉どろどろと渦巻く醜い心

●十一月六日（金）

浄化法の後、ザンゲをする。

自分が隠してきたこと、人に言いたくなかったこと、別に罪にはなっていないと思うけれど、四、五年さかのぼって考えた。

惨めな思い。忘れていた厭なこと。だれにも言わないで隠してきたこと……いっぱいあった。

すべてではないと思うけれど、グルにザンゲした後とても心が軽くなった。わたしはコンプレックスの固まり。自分への自信のなさが取りつくろいをしているだけと気づく。

この後、グルに対しての嘘を思いだす。そして素直にサンゲできるような嘘ではなかった。できれば絶対に言いたくないことだった。これを言ってしまったら、今まで生きてきた自分をすべて否定することになってしまう。今まで、何か大きいものをいつも心の中に隠していた。それが今日、克明にわかってしまった。そして、それをグルにザンゲすることは、何よりもつらいことだった。

〝この日に、本当の自分に気づき出す。

本当のわたしはコンプレックスの固まり。嫉妬心の固まり。エゴの固まり。どろどろとした醜い心が、渦を巻いているのがわかる。その心を隠そう、隠そうと思って、うわべを着飾ってごまかしていたのだ。〟

◉自分という大きな嘘

わたしにとって、これは初めての極厳修行でした。それまで尊師にも自分にも甘えていたわたしは、この自分の心の奥底を見つめてそれを超えていくという修行はやはりつらく、わたしは何度も何度も挫折しました。

本当の自分に気づき出す――とありますが、ちょうどこのころから、徐々に潜在意識が出始めてきたように思います。解脱し、悟りを得るためには、まず潜在意識に到達し、そして煩悩を止滅（しめつ）しなければならないのです。

極厳の修行によって、自分の潜在意識に達したわたしは、どうしようもないく

らい尊師に嘘をついていたことを思い出しました。もし、このことを尊師に言ったら、二十六年間の自分を全部否定されてしまうような気がして、こんなことを言うくらいだったら、死にたいと思うような苦しい時期が訪れました。それで、尊師を求めたのですが、なぜか一度も修行を見に来てくださらないし、すごく苦しくなって、修行すらできなくなったのです。

また寝ようと思っても、眠れませんでした。二、三時間は眠れても、起きると相変わらず真っ暗闇の中だし、全然事態は変わっていないし、心の状態も変わっていない。ともかく苦しくて……。

そのときは、本当に自殺を考えました。たまたま、そこには治療関係の薬が置いてあったので、それでも大量に飲んで、本当に死んでしまおうかなと思いました。

わたしにはもう、家に帰るか、修行をするか、死ぬかの三つの道しか残っていなかったのです。けれども、もう修行する気には到底なれないし、もし家に帰っ

てもクンダリニーが完全に上がって、一般の人とは違う体になっているので、普通の生活ができないなと思いました。もう気が狂ってしまうんじゃないかと思うくらい精神がばらつきました。最後の手段として死のうとも思ったのですが、それにしても、なかなか勇気が出なくて、その葛藤で二、三日が過ぎました。

そして「死にたい！」と強く思ったら、ある日の朝、突然尊師から電話がかかってきたのです。

◉十一月八日（日）

今日からは頑張ろうと、午前八時より修行を開始する。落ち込みは少し良くなった（昨夜も眠れず、五時近くまで起きていた）。

一時間行ない、九時よりヴァヤヴィヤに入ろうとしたところで、尊師からＴＥＬが来る。二十日ぶりに聞くお声。何だろうと思ったら、開口一番、

「お前、ここ二、三日自殺衝動があっただろう。」

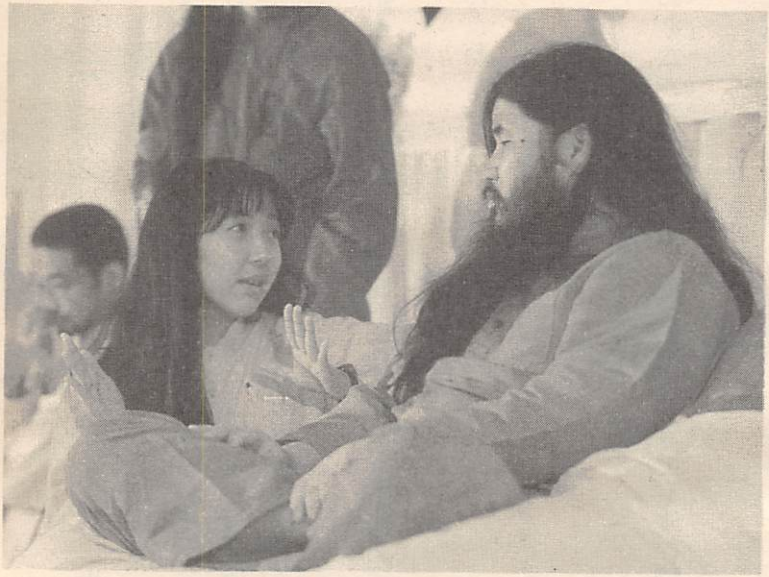
とのこと。

「はい。何度か思いました。二日前から、尊師にまったく帰依できなくて苦しんでいました。」

「だろうと思った。今までのお前は、表層意識でわたしに帰依していたんだよ。だからわたしは一度も行かなかった。でも、二、三日前から、お前が潜在意識で、それに気づき始めたんで、行こうかどうしようか迷っていたんだ。」

なんとわたしが二十日と少ししてきた修行、思いはすべて表層意識での遊びだったのだ。五時間もの五体投地も、少し悟った気になっていた大乗の思想も……潜在意識が表に現われたとき、すべて消えてしまった。

「ザンゲの瞑想をしていると、これは本当に尊師には言えないんじゃないかと思うことが出てきたんです。これを言ったら、今までのわたしがすべて否定されてしまうのではないかと思うようなことが……。それで、とても落ち込んでしまって……。」



※サクラー正悟師の以前のホーリー・ネーム（祝福された修行者名）。

「それはとても良いことだ。ザンゲは心の中だけでなく、口に出してブツブツと言っておきなさい。実際に言うとき出やすいから。今日は随分、楽になっただろう。今日から全力でやれよ。じゃないと十年でも行かないぞ。」

複雑な思いでＴＥＬを切る。昨日までは、こんなわたしは見放されてしまうと思っていたのだが、逆に良い方向だとおっしゃる。表層意識が落ちてきたのだろう。

ヴァヤヴィヤを始める。今日から六時間全力でやろうと決めて。クンバカ中、涙が止まらない。

「尊師、どうかこんなわたしを許してください。」

何回も唱えた。どうしたら本当の帰依ができるのだろう。今までのわたしは何だったのだろう。

尊師は、〝ラクシュミー※はグルを単に男としてしか見ていない〟とおっしゃった。本当にそのとおりだった。今までの恋人の代わりでグルに帰依していたのだ。

恥ずかしかった。尊師のお顔を観想しようとすると、罪の意識で心臓がえぐり取られるような感覚だった。

その後プラーナーヤーマ、瞑想と入った。プラーナーヤーマの途中、一度三秒くらい失神してしまう。意識が急に抜け出し、白銀色の光の中に入ってしまう。数秒自分がどこにいるのかわからない。異常な恐怖感。「怖い、何これは」と思ったとき、徐々に元の自分に戻る。恐怖のあまり右手は心臓を押さえていた。

尊師がいらっしゃるのは、いつの日のことだろう。頑張らなくては。全力で、すべてのプログラムをこなしたとき、きっと来てくださるのだろう。本当に頑張らなくては。そのとき少しは帰依ができていることだと思う。

◉この世から消えてしまいたい

●十一月九日（月）

九時よりヴァヤヴィヤ。今日も六時間頑張ろうと思い、始める。しかし、つい

に三時間でダウン。その後は長い、長い苦しみの数時間。死んでしまおうか、それとも家に帰り、また修行前のような生活に戻ろうか。それとも、もう一度頑張ってみようか。

三つの思いが浮かんでは消え、また浮かんでは消えた。本当に苦しかった。九時間もこんなことばかり考えていた。今までにこのときほどグルを求めたことはなかった。でも、全力でわたしが修行していない以上、ここに来てくださるはずがない。

瞑想もできず、寝そべっている。

急に、「明日、ここを出してもらおう。そして家に帰ろう」と思う。

最後のプラーナーヤーマだと思い、始める。数息行なっていると、いつものように光に包まれた全身のしびれ、背中に昇るクンダリニー……どうしても忘れられなかった、この感覚を。捨てられなかった、修行を。もうわたしは修行者以外では生きていけないのかもしれない。

でも、全力を出しきれない弱い自分。この中途半端な自分を消せるものでもあるなら、飛びつきたい心境だった。死ぬのではなく、自分がこの世からいなくなってしまえば、どんなに良いかと考えた。

耐えきれず、尊師にＴＥＬする。もう十二時を回っているにもかかわらず……。

呼び鈴が鳴っている。

（どうか尊師いらしてください。）

「はい。」

と尊師の声。

「もしもし……。」

どもって声が出ないわたし。

「だれだ？」

「すみません、ラクシュミーです。」

「おー、ラクシュミーさんか。どうした。」

いつもの優しいお声。その声を聞いたとたん涙が込み上げてくる。
「すみません。どうしても苦しくて……修行できません。甘えているとは思うのですが、本当に何もできなくなってしましました。」
「そうかー。今日十二時ごろ、ずいぶん頑張っていたじゃないか。」
確かにヴァヤヴィヤで悪戦苦闘しているときだ。でも、そのことを話すと怒りもせず聞いてくださる。
「わかった。明日行くから、それまで全力で頑張れ。だいぶ意識がこっちに向いてきたぞ。」
とおっしゃってくださった。
電話を切った後も、涙が止まらなかった。三十分くらい泣き続けた。グルは一瞬にしてわたしの苦しみを取ってくださる。わたしを包んでくださる。わたしの不安を消してくださる。頑張らなくては。明日こそは尊師にお会いできるのだから。

◉いつも見ているから頑張れ！

●十一月十日（火）

夜になるにつれて、尊師のことが気になってしょうがない。本当に来てくださるだろうか。お忙しくて来れなくなってしまったらどうしよう。今日どうしてもお会いしたい。恋人を待つ気持ち。ひょっとしたらそれ以上の気持ちであった。期待と不安でアナハタ・チャクラがはちきれそうだった。

（五分で帰ってしまわれてもいい。だから、絶対にいらしてください。）

何度も祈った。

浄化法の最中も、頭の中はグルのことだけ。何をやったかも覚えていない。

十二時三十分ごろだろうか、チャイムの音。初めにわたしの部屋に来てくださる。顔を見るなり、

「なんだ情けない。しっかりしろ！」

とお叱りの言葉。でも、お顔は優しくほほ笑んでいてくださる。

ただただ涙が出て、
「申し訳ありません。」
しか言葉が出てこない。
その後ゆっくりわたしの緊張を解きながら、ザンゲを聞いてくださる。どんなに言いにくいことでも、優しく、決して動じないで聞いてくださる。そして、
「そんなことは皆、たいしたことではない。すべて、過去のことだ。だいぶ浄化されてきているな。素直に自分を出せるようになってきている。わたしが二十日くらい来なかったのは、ラクシュミーに恐怖を味わわせてグルへの帰依がないとどんなにつらいかを教えたかったからだ。もう今日からはつらいことはない。恐怖はない。修行に飽きることさえなければ一気に行ける。頑張れば必ず結果が出る。もっともっと強くグルを観想できるようになる。」
心が落ち着いていく。本当に安心感がある。昨日までの思いをすべて消してくださった。

ザンゲしたことはすべて浄化されるとおっしゃった。心が軽くなった。世界が違っているみたいに周りが近く見える。心が豊かになっている。

「いつも見ているから安心して頑張れ。十五日から十七日の間にまた来るから。」

と言われ、帰られた。

そして、今日から部屋を移ることになった。ケイマ大師やシャンティー大師、ブラフマニー大師がお使いになった部屋だ。わたしもここで全力を尽くそう。

◉悪魔が襲う！――地獄・餓鬼・動物のカルマ

潜在意識が出たことによって、本当の自分が少し見えてきて、真実のわたしというのは、自分に自信がなくて、小心で、臆病だということにやっと気づき始めました。それがまず、第一歩でした。

それに気づき始めると、どんどんカルマが出てきました。自分が今までなしたことは、良いことでも悪いことでも必ず返ってきます。それがカルマの法則です。

その悪いカルマが、リトリート修行中に出てきたのです。

それから、ものすごい恐怖に襲われました。その恐怖というのは、二十六年間生きてきた中でも、一番の恐怖でした。まずは、怖くなかった暗闇が怖くなってきました。ものすごく怖くて、気が狂うかと思うくらい、部屋に入るのが怖いのです。一回部屋を出てしまうと、もう中に入れなくて、足がすくんでしまいました。

刑務所みたいに期限が決まっていればいいけれど、リトリートはいつ出られるかわからない、自分が修行しなかったら一生出られません。修行の道を断念するのなら話は別ですが……。ですから、いつまで続くかわからないこの恐怖に耐えなければいけないと思ったら、もう気が狂いそうでした。

本当は人と話をしてはいけないんですけれど、世話をしてくださっているKさんと話をして、何とか気を楽にして入ってみると、またすごい恐怖に襲われました。

尊師がしょっちゅう言われてますけれど、地獄、餓鬼、動物のカルマがある人は、リトリート修行中にすごく怖い体験をします。それと同じように、絶対に、この中にいるはずもないのに悪魔がどんどん飛びかかってきて、自分を襲うのです。首を絞められるような感じがしたり……。

また、見たこともないような奇形の動物とか、今まで体験した中で一番怖い、忘れかけていた思い出、映画の一場面が、どんどん出てきました。言葉では表わせないくらいの恐怖で襲ってきました。

他には、死の恐怖もありました。ここはバルドーで、このまま酸素がなくなって死んでしまうんじゃないかという恐怖が……。

●十一月十五日（日）

昨日尊師にエネルギーを入れていただいて、光も強く感じるし、頭頂も熱い。しかし意志の弱いわたしは、解脱せねばというプレッシャーに押され、またも挫

折してしまう。

「死んだらポアされて高い世界に行けるんだと思って、死んだ気で全力で頑張れ！」と尊師にＴＥＬで言われる。

しかし、死んでもいいと思いつつ、恐怖に勝てない自分だった。グルにすべてを任せきっていない自分。それと共にいろいろな恐怖に襲われる。

急にリトリートが怖くなる。家に帰りたくなる。徐々に気が狂いそうになってきた。尊師にもうしわけがない。せっかくの成就のチャンスに自分自身の意志の弱さに負けてしまっている。

今日、遺書を書いた。父宛に。

Ｋさんと食事の後に少し話した。いくぶん気が紛れた。だが、またあの部屋に戻るかと思うと恐ろしかった。夜全く眠れないのも恐怖の一つだった。

◉懸命なる修行――睡眠も一、二時間

何日目くらいだったでしょうか、恐怖のあまり、もう一回ギブアップしてしまいました。そのとき尊師から、

「ラクシュミーは、福岡支部に行かせるので、毎日来て早く成就させるから、ともかく全力でやれ。」

と言われました。でも、そのときはちょうどカルマが出てきていたので、怖くて修行なんかできないわけです。プレッシャーと恐怖で、尊師に、

「ともかくわたし、恐怖でできません。わたしは信がないからダメなんです。」

と言いましたら、

「信なんて、初めからある人なんてほとんどいない。どれくらい信を持てるかというのは、自分の修行中で、ここまで頑張るぞ、もっと頑張るぞ、ということなんじゃないか。ともかく、お前は心のプロセスがなってない！」

と言われて、ガチャンと電話を切られたんです。ますますショックを受けてしまっ

て、それから本当のわたしの苦しみが始まりました。

尊師に見捨てられちゃったんじゃないかということ、あとはカルマが落ち切っていないことの苦しみ――。その苦しさを乗り越えるには、もう尊師に頼ってもいけないと思うようになりました。

尊師に頼っても一時的には楽にしてくださるし、優しい波動でその苦しみを取ってくださるだろうけど、結局自分で消滅しない限りは、一生つきまとうんじゃないか。一生どころか、ずっとつきまとうだろうと思って、必死で修行するようになりました。一分でも間があくと考えてしまうから、それからの十日間は睡眠時間も一、二時間で、必死に修行しました。

そのときはもう尊師のこと以外何も考えなくて、ただ「苦しい苦しい」でした。中は真っ暗なんですけど、少しでも決心が揺らいだら見ようと思って、いろんなところに「この苦しみを越えるのは自分に勝つしかない」という文句を書いた紙をいっぱい置いて頑張りました。先のことを考えるとやっていられない、一日先

のことも考えられないから、ヴァヤヴィヤの一息、一息のことしか考えられませんでした。

◉やっと一人の修行者になったな

●十一月二十二日（日）

眠い、起きる気がしない。とにかく、全く修行する気が起こらなかった。今までに一度もない思いであった。最近は特に苦しいがゆえに、修行をなんとしてもこなさなくてはと思い、夜もほとんど眠れなかったのに……どうしたのだろう。もう一息だってヴァヤヴィヤなんかできない。十分だってプラーナーヤーマもできない。解脱も悟りも……本当にオウムも、そして尊師のことすら自分の心の中から薄れつつあった。みんなにどう思われてもいい。「これがわたしの今の姿です」と言って見てもらってもいい。そんな気になっていた。

尊師にこの状態をお話しして、どうしたらいいか聞く気になった。でも、今何

を言われても、わたしはもう二度と修行する気になれそうもなかった。

わたしは家に帰る支度を始めた。洋服（Tシャツやトレーニングウェア）をバッグにしまい、部屋をきれいに片づけ、浄化法のセット、洗面用具もすべてしまった。後は尊師にお詫びのTELをするだけ。

家に帰って何をするかは、考えていなかった。でも、ここにいるよりはましであった。

電話のベルが鳴る。わたしが出ると、

「何だ、部屋から出ているのか！」

とおっしゃる。

「はい。今日でここを出たいのです。家に帰らせてください。」

と言った。

「何だ、自爆したのか？」

「昨日までは、苦しくて死にもの狂いで修行していたのですが、今日からは全く

やる気がしなくて……。」

わたしはもう、涙声になっていた。ここらへんは、何を言われたのか覚えていない。少し討論をしたのだと思う。わたしは、

「もう、どうなったっていいんです。凡夫になっても構いません。みんなにどう思われてもいいんです。もう修行はできません！」

電話口で泣き叫んでいた。

「いいか、ラクシュミー。それは修行者がだれでも通らなくてはいけない道なんだ。マイトレーヤも同じようにつまずいた。チベットの聖者ミラレパの逸話を知っているか？　ミラレパはどうしても苦しくて、修行ができなくなった。そこで自殺しようとしたんだよ。そのときグル、マルパが初めて『やっと、一人の修行者になったな』って言ったんだ。

だから、わたしはお前に同じことが言える。『ラクシュミー、やっと一人の修行者になったな』と。今まで、お前には必ず逃げ道があった。そして、わたしは

お前をいじめてこなかった。でも、わたしに意識を向け出してからは、どんどん追い詰めている。ＴＥＬをくださいと言ってもかけない。これが初めてのお前に対する本当のいじめだ。

修行には形はない。ヴァヤヴィヤをするのが修行ではない。もうお前の段階はそんなところではないのだ。自己のカルマを消滅するために、暗闇の中で恐怖に、不安に耐えるのがお前の今する修行だ。」

だんだん気持ちが落ち着いていくが、引っ込みがつかない。

「わたし、気が狂うと思います。こんな状態で。」

「絶対に気が狂うことはない。それは今、わたしのガイダンスを聞いたからだ。とにかく、あと一週間こもっておけ。修行しなくて寝ていてもいい。三日目くらいからグルを観想できるようになる。そして、それを越せば、本当の解脱の素晴らしさがわかってくるし、否定的なことを言わなくなる。とにかく一週間、頑張れ！」

部屋に戻っても、涙が止まらなかった。でも不思議と、皆、通っているプロセスなんだと思い、なんとか頑張れそうな気もしてきた。

だが、恐怖心は変わっていない。殺生のカルマのあるわたしは、この暗闇の中が何より怖かった。

◉グルを信じてさえいれば……

●十一月二十四日（火）

昨夜、Kさんにこの食事が終わったら、部屋に鍵をかけてくださいと頼む。三時半頃、突然ガチャンという音と共に、部屋に鍵がかかる。とても丈夫そうな鍵である。もう部屋から出ることはできなくなったと思った瞬間、血の気が引いていくのがわかる。

恐怖が襲ってくる。

すぐに尊師を観想した。

（わたしには何があっても尊師がついていてくださる。恐怖はない。これは修行なんだ。）

何度も繰り返した。すると徐々に怖さは取れていった。

自分のカルマが出てきたときの恐怖は、言いようがない。バルドーの恐怖、死に直面したときの恐怖が次々に襲ってくる。

そのうち、それがだんだんなくなってきた。グルを信じていれば、何も怖くないという思いが定着してきたようだ。

◉食欲との闘い

●十一月二十五日（水）

昨日にも増して、すごい食欲。食欲は人間の根本煩悩だと思うけれど、鍵をかけたころからものすごく出てきて、治まらない。エブフライ、お好み焼き、今川焼、ケーキ……。それもとてもリアルに。

これに反して、性欲は減ってきたようである。最近は、以前の恋人のことなどは、思い出としては出てくるが、性欲は伴っていない。

夜十一時頃、尊師から電話がある。

「どうした、少し暗いじゃないか。」

何も言わないのに、わたしの心の中がわかってしまう。わたしは修行のやる気があまりないことと、良く眠れることを申し上げると、

「眠りに関しては、全く気にするな。夢の中で瞑想しているのだから。」

とおっしゃった。また、食欲が強く、ヴィジョンは食べ物が多いことも言うと、

「性欲が消え始めると、食欲に移るんだよ。セックスはなくても生きてはいけるけれど、食べ物がないと生きてはいけないから……。最後の執着だよ。」

とおっしゃった。

◉正直にありのままに生きよう

●十一月三十日（月）

明日から十二月に入る。この一週間で得たものは大きいと思う。十一月は本当に苦しかったけれど、なんとかやってこれて良かった。挫折しながらも続けていて良かったと心から思う。

今までわたしが楽しいと思っていたこと、そして相手に求めていたことはすべて、この極厳修行に入って「苦しみ」だということがわかった。わたしはもう快楽はいらない。求めない。食べ物も与えられた物を感謝していただこう。自信のない自分を良く見せようとして、外見を飾るのもやめよう。正直に、ありのままに生きよう。

◉三回目の挫折——修行のテクニックミス

このころになると、尊師が毎日電話をくださいました。そのこともあって、も

ともと行は嫌いな方ではありませんでしたから、少しずつ修行をしてもいいかなと思い出して、心が修行に向かっていきました。

そんなときに、また、修行のテクニックミスをしてしまって、挫折してしまったのです。ヴァヤヴィヤをやっても熱が上がらなくなったので、「変だな。わたし、また修行が進まなくなったのかな」と思ったときに、過ちを犯してしまいました。

アパーナ気を使わないように、バスティやサンカプラクサラーナ（共に浄化法の一種）は禁止されていたのですが、十日間もこもっていると便秘になってしまうので、バスティをしてしまったのです。そうすると気が下がるものだから、そこからエネルギーが漏れて、急にヴィジョンが暗くなってしまいました。その修行上のテクニックミスでまた落ち込んで……。

●十二月二日（水）

昨日に引き続き、今日も全く修行をする気がしない。ズーッと横になっている。でも、以前ほど眠れない。せいぜい一日四時間が限度。最近は悪い夢はなくなった。恐怖もない（死に対しても）。

あまり退屈なので、楽しいことを考えようとする。今までしてきた瞑想の全く反対のこと。今までは「外界は楽しいが苦である。わたしは苦痛はたくさん味わった。もう執着しない」というプロセスだったが、今日は煩悩に乗って楽しみを求めている。

「ここを出て家に帰り、食事をする（自分の食べたい物をテーブルにすべて並べる）。美容院にも行こう。数カ月して、好きだったお華を習いに行こう。そのうちだれかと結婚して云々……」

いくら考えても、そのときは楽しいけれど、最後はなぜか修行（オウムや尊師）が出てきてしまう。何度やってもその繰り返し。「楽」にはならなかった。

尊師からＴＥＬがある。正直に今の心境を申し上げると怒りもせず、バスティが原因だとおっしゃる。わたしの場合、アパーナ気をいじっては絶対にいけないとのこと。そういえば、浄化法もヴァヤヴィヤも尊師にまだしてよいと指示を受けていなかった。バスティによって、エネルギーが下から漏れてしまい、このような状態になったのだという。また、ヴァヤヴィヤで気が上がらないのも、ほとんど気が上がってしまったので、ヴァヤヴィヤの必要はなく、今はツァンダリーのプラーナーヤーマが一番適しているとのこと。本当に気をつけなければと思った。

グルの指示を曖昧に受け取ると、こんなにも急転してしまうのだから……。グルはその人、その人に応じたアドバイスをしているのだから、自分の判断で行動すると、大きなミスを生じることになる。言われたことを忠実にこなすことが早道なのだとは思っていたけれど、今回改めて実感した。

また、わたしのカルマは普通の人よりもはるかに悪かったのだけれど、一カ月

半、ここで我慢できているというのは、濁ったカルマがだいぶ落ちてマイトレーヤ大師（現マイトレーヤ正悟師）がリトリートにこもられていたときと同じくらいのカルマになってきたと言われた。

神秘体験をさせるのも、サマディに入れるのも簡単なことだけれど、そのようなことよりも、まず救済者になる条件としては、自己のカルマをすべて消滅することの方が大切だと、尊師はおっしゃった。

わたしはクンダリニーのプロセスで修行のレベルを判断するところがあったが、それは愚かなことだとわかった。

こんなわたしだけれど、尊師の目的とされている心のプロセスは今まで順調にこなしてきたとおっしゃる。確実に進歩していると。

この十日間の密閉状態が過ぎたときに、自分でも、どんとカルマが落ちているのがわかりました。今までの自分が全く違って見えたのも、このころでした。

ある日突然、自分が今まで求めてきたことや現実生活で楽しんだことが、この極厳修行の経験によって「すべて苦である」ということに気づいたのです。これが自分の人生を狂わせてきたんだ、これを取らなかったらわたしはどうしようもないんだということが少しずつわかってきて、それからは、これを消すためにはどうしたらいいかということを尊師にアドバイスしていただきながら、煩悩を取っていきました。そのときに初めて「苦と楽は表裏一体」ということがわかりました。

また、尊師に来ていただいたときに、

「性欲、食欲のコーザルの煩悩はまだ残っているけれども、アストラルの煩悩はほとんどなくて、今お前の中にあるのは、音楽の執着だけだ。」

と言われました。それを取り除くために「ナーディの観想法」をして、真の音を観想するようにしました。

◉悟りのとき

リトリートを出る一週間くらい前から、尊師が甘露水を作りにサンガに行くからラクシュミーも連れて行くということで、急きょ移ることになりました。尊師が修法されるそばにいると、修行が一気に進みます。そのときに非形状界※に入って、いつも光の中にいて、目を開けていても、閉じていても、〝光〟という感じになりました。そしてある日、瞑想していたら、ふっと意識が無くなりました。その日の夜七時に尊師が見えて、

「今日の四時あたりどうだった。何か変わったことあったか。」

と言われたので、

「今、日誌を書こうとしているんですけども、どうしてもその時間が空白で思い出せないんですよ。」

と申し上げたら、

「あ、じゃあもう終わったんじゃないか。」

※漢訳の仏教語でいう無色界。正確にパーリ仏典を訳すと非形状界となる。91ページ参照。

と言われて――。次の日に、
「悟ったな。」
そう言われました。

●十二月九日（水）

朝十時過ぎに尊師がお見えになる。
「悟ったな。」
と言われる。エネルギーもかなりいい状態だとおっしゃる。
大師になる功徳はもうできた。大師となってからの功徳を積んで、もう一度極厳を味わうことになるだろうとおっしゃった。
あと、二、三日ここにいて、その後は大師として功徳を積めとのことだった。
あとわずかで、ここを出られるのだけれど、今一つ実感がわかなかった。
もう、二十時間の修行も暗闇も、少しもつらくも怖くもなかった。

◉もう、今までの自分はいない

●十二月十一日（木）

リトリート最後の日を迎える。なんだかとても不思議な感じがする。

十月十四日にこもってから今日までを振り返ってみた。ほとんど苦しいこと、辛いことしかなかったけれど、今となってみれば、みんなわたしの大切な経験となっている。意志が弱くて幾度となく挫折したが、やっと一つの壁を破ることができた。二十六年間生きてきた中で、一番つらかった。

今まで苦しみは多々あったが、いつも逃げ場があった。極限の苦しみなど一度として味わったことのないわたしにとって、この二カ月はそれこそ「生と死の闘い」であった。自己のカルマを滅するには、自己と闘うしかない。そして一つ大きな苦しみを乗り越えると、それより小さな苦しみは「苦」と感じなくなる。その苦しみを何度も乗り越えることによって、カルマを消滅し、真の「楽」が生じる。

瞑想する。

幾つかの執着が、まるで自分を試すかのように出てくる。まだ完璧にコーザル体の煩悩を消滅しきったわけではない。でも、自己の心の働きを停止させることはできるようになった。執着が自分を苦しめているということを理解できるようになった。今まで楽しみだと思っていたこと、喜びとしてきたものがすべて、このリトリートで苦しみだということ、逆に自己が苦しむことにより、本当の心の解放が得られるのだということがわかった。常に他の苦しみを受け、愛を返すような生き方を励行することにより、本当の幸福がわたしにもたらされることをわたしは知った。

どんなに苦しくても捨て鉢にならずに努力する——それによって、意志の力を得ることができた。真の喜びはすべて自己の中にあり、そしてこの延長上にきっとニルヴァーナとかマハー・ニルヴァーナがあるのだなと思う。

十一時ごろ、尊師がおみえになり、今日思ったことを申し上げると、

「ラクシュミーから初めて真実を聞くことができた。かなり高い悟りを得たな。」とおっしゃった。

明日から、また違った形でのわたしの修行が始まる。

これからのわたしの言動、行動で曖昧なことは許されない。他に対する影響が大きくなるにつれ、自己を今まで以上に厳しく見詰めていなければいけない。

もう、卑屈な、否定的な自分はいなかった。

偉大なグル。

わたしをここまで引っ張ってくださったグル。

本当に心から感謝いたします――。

◉ラージャ・ヨーガの限界

わたしは、この極厳修行の後、ラージャ・ヨーガの成就者として生まれ変わり

ました。ラージャ・ヨーガの成就というのは、強靭な意志の力を背景にしたヨーガで、わたしはこの極厳修行で耐えることによって強い意志の力を培い、尊師にラージャ・ヨーガの成就を与えていただくことができたのです。

ラージャ・ヨーガの成就自体は、最終解脱に至るまでの七段階の成就の第一歩にすぎませんが、その素晴らしさというのは、やはり筆舌につくしがたいものがありました。尊師に出会う前の、精神的にも肉体的にも病んでいた状態と比べると、まさに〝生まれ変わった〟としか言いようがありません。もちろん全部ではありませんが、ある程度カルマを落としただけでも、こんなに楽になるものかと思いました。

しかし、このラージャ・ヨーガというのは、「山奥でしか成就しないヨーガ」といわれているように、非常にもろいヨーガです。成就をするとエネルギーレベルが高くなるため、普通の人と接するとエネルギー・ロスをするのですが、ラージャ・ヨーガの成就の場合、大きなエネルギー・ロスをすると、あっさりと成就

の状態が崩れてしまうのです。

オウム真理教では、インドのヨーガ行者のように山奥にこもって一人で修行を続けるということは許されません（極厳修行の場合は別ですが）。逆に、どんどんどんどん人と接して、自分のエネルギーを振りまき、他に光を与えることが要求されるのです。それが、グルである麻原尊師が望んでいらっしゃることなのです。

わたしは、ラージャ・ヨーガを成就してから、オウム真理教の道場で信徒さんの修行のお世話をしたり、一般の方を真理に導いたりするワーク（奉仕修行）を行なって功徳を積む日々を送りましたが、そうしているうちに、やはり、エネルギーが低下し、何度か精神的にぶれが生じることがありました。

また、個人の修行においても、まだ道の途上で、マハー・ムドラーの成就には、はるかに遠かったので、より高い解脱の状態に至ろうとする上で、苦痛を感じることがありました。次のレベルに上るためには、ラージャ・ヨーガのときよりも

さらに自己のカルマを落としていかなくてはならないのですが、それがやはりつらく、「この坂は急すぎて苦しい。もう少し楽なところを登っていきたい」と何度か思ったものです。

◉クンダリニー・ヨーガの成就

そのような精神的な揺れが出たときにも、尊師は巧みにわたしを引っ張って、次のクンダリニー・ヨーガの成就へと導いてくださいました。

クンダリニー・ヨーガの成就の修行に入ったのは、八八年八月のことです。このときわたしは、尊師に〝立位礼拝（りついらいはい）〟という修行を与えていただきました。帰依の詞章を唱えて、五体を投げ出す――それが、立位礼拝です。瞑想などの静かな行と違い、肉体を使った激しい修行です。ラージャ・ヨーガのときと違って、尊師が頻繁に修行を見にいらっしゃっり、投地したときに少しでも休むと、「すぐ戻れ！」という尊師の厳しいお声が飛んできました。

立位礼拝というのは不思議な修行で、カルマがいい人がやると全然つらくなく、かえって喜びさえ感じるものなのですが、カルマが悪いとものすごく苦しむのです。もともと修行に入る前は、殺生をはじめとした十悪を犯し、無智ゆえに悪業を積み重ねてきたわたしは、すでにラージャ・ヨーガのときにカルマを落としてはいたものの、次のクンダリニー・ヨーガを成就するには、まだかなりたくさんのカルマを落とさなくてはならず、苦しみました。

まずは、地獄のカルマで、足が非常に痛くなりました。ひざを打ちつける度に激痛がし、それこそ、本当に涙を流して立位礼拝をやりました。泣こうと思っているわけじゃないのですが、肉体的な痛みがひどくて涙がボロボロと流れてくるのです。それでも、しばらくは頑張ってやっていたのですが、ある日とうとう我慢できなくなり、わたしは、尊師にご相談しました。

「ラクシュミー、ずいぶん暗いじゃないか。」

と言われましたので、

「つらいんです。」

と打ち明けました。そうしたら、尊師が、

「無智のカルマが出てきてやる気がないのと、あとはいろんなカルマが出てきているから、それを落とせ。それでも立ち直れなかったら、ラクシュミーは現世でも生きる道があるんじゃないか。」

とおっしゃったのです。

それは、つまり〝色(しき)〟と〝空(くう)〟は同一である。現世でつらいのだったら、当然修行に入ってもつらいし、潜在意識にそういうものがあったら、絶対に成就はありえないということをわたしに悟らせるためのお言葉だったのです。

しかし当時はそんな尊師のお心はわかりません。わたしは、励まされるような言葉を期待して尊師にご相談したにもかかわらず、そういう冷たい一言だったので、大変ショックを受けました。でもそれで、逆に「なにくそ」という気持ちも出てきて、

「ラクシュミーは特にカルマが悪いから、〝カルマ落しの立位礼拝〟を教えてあげよう。」

ということで教えていただいた、特別な立位礼拝を一生懸命こなしたのです。これは、普通の立位礼拝よりもかなりきついものだったのですが、意地もありましたし、カルマの理論というものを痛切に感じて、この苦しみは今ここで取らなければ、未来際においてもずっと苦しまなければならないんだと思い、頑張り通しました。

それによって、わたしは徐々に徐々に、自分の濁ったカルマを落とすことができ、ダルドリー・シッディ（空中浮揚の前段階）を起こし、さらに別の修行を行なうことによって、最終的に、黄金色と白銀色の光に包まれるという体験をし、クンダリニー・ヨーガの成就をすることができたのです。

クンダリニー・ヨーガは〝生命エネルギーのヨーガ〟といいますが、ラージャ・ヨーガのときに比べて、ものすごくエネルギーが強くなり、エネルギーの回復が

早くなりました。それに比例して、心もさらに不動になりました。

結局、ラージャ・ヨーガのときにも感じましたが、尊師は、こう言えば弟子がこういう行動をする。そして、その結果こうなるということを完全に見抜いていらっしゃるわけです。一言で言えば、弟子のカルマというものを完璧に見通していらっしゃる。そして、その人に合った修行を与えて、それを限界までやらせることによって、より高い修行ステージに引っ張り上げるわけです。このクンダリニー・ヨーガの修行のときでも、やっぱりそれを痛感しました。

◉マハー・ムドラーの成就に向けて

マハー・ムドラーの成就――。個人の修行の完成。クンダリニー・ヨーガの次に位置するこの成就において、わたしの煩悩は止滅し、完全に心と身体が変化しました。ラージャ・ヨーガ、クンダリニー・ヨーガの比ではないこの至福の境地！それは、とても言葉で言い表わすことはできません。二千六百年前、仏弟子たち

が得ていた境地をわたしも体得することができたのです。

しかし、到達したものが素晴らしいだけに、そこに至る道も、ラージャ・ヨーガ、クンダリニー・ヨーガのときよりもさらに厳しいものがありました。マハー・ムドラーの修行では、ラージャ・ヨーガやクンダリニー・ヨーガのときには取り去ることのできなかったわたしの根本的なけがれが、どんどん出てくるのです。

ですから、マハー・ムドラーの修行に入ると、自分の嫌な部分だけを見つめていかなければならない時期が来ます。わたしの場合、修行に入る前に積んだ様々な悪業の数々——特に殺生と邪淫(じゃいん)によって生じた嫌悪の心、苦しみから逃れようと思う心、楽しみをいっぱい味わいたいと思う心、プライド、権力欲、卑屈さ……こういう心がとめどもなく出てきました。

そういうけがれた心は、ほとんどの場合、グルの力によって引っ張り出されました。まず、どのような煩悩があるか知らなければ、その煩悩を止滅することはあり得ないからです。つまり、普段自分が気づいていない深い、深い心の中にあ

る煩悩を知ることが、まず第一歩なのです。最終的な極厳修行に入るまでにも、尊師は、何度もわたしの煩悩を引き出して見せてくださいました。

最も印象深かったものとしては、こういうことがありました。

東京本部で救済活動に励んでいたときのことです。わたしはそのとき、尊師より本部の責任者のような立場に就くように指示されていました。何百人も信徒さんがいて、数十名のサマナもいる東京本部でそのような立場に就いたため、わたしの心の奥深くに潜んでいた権力欲、慢といったものが徐々に引き出されていきました。

自分でも知らず知らずのうちにそれが増長していったとき、突然、わたしの環境が変わりました。わたしより修行ステージの高い方が東京本部にやってこられて、今まで本部の中心としてわたしが行なっていたワークが一つ一つ離れていったのです。それとともに、尊師からの連絡も自分よりもその方中心となり、また、その方のサットヴァのエネルギーによって、今まで曖昧にされていた問題点など

が、次々に暴露されていってしまいました。自分が今までよしと思ってやっていたこと、そして、曖昧にしていたことなどがどんどん改善されていきました。そして、それが尊師の方にも伝わってしまったのです。

慢の裏側にあるものは、卑屈さです。プライドをぺちゃんこにつぶされたわたしの心に残ったのは、卑屈さでした。自分自身の存在感のなさを感じ、それゆえに、寂しさがつのっていき、ある日、耐えきれずにふっとワークを中断して、法友にも何も言わずに本部を出ていってしまいました。もちろん、現世に帰ろうなどという気はもうありません。ただ、ワークをするのがつらく、本部にいるのがつらかったのです。

本部を出たとたん、わたしの持っているポケットベルが鳴りました。

「尊師から連絡が入ったんだ。」

わたしは直感的にそう思いましたが、今は尊師と会いたくないという気持ちが強く、それを無視して、街中に入っていきました。

――ポケットベルは鳴り続けます。わたしは、それでも無視してさらに歩き続けました。しかし、ブラブラと目的もなく歩いていると次第に疲れてきて、わたしは普段寝ている部屋に帰りました。

すると、ほどなくしてサマナの人がわたしを見つけて、

「尊師がお探しです。すぐ、電話してください。」

と言うのです。わたしは、半分嫌々ながら電話をかけました。

「はい。」

「……サクラーです。」

「お前、どこ行ってたんだ。」

「……ちょっと散歩です。」

わたしは、そう答えました。すると、尊師は、「何時、何分ごろいなくなっただろう」と続けられます。遠く離れていらっしゃるのに、わたしの行動は手に取るようにご存じなのです。

「グルと弟子の間には霊的なパイプができているから、弟子の心がグルからなくなったときはすぐにわかる。」

――そうおっしゃいました。

それから、尊師は、わたしの状態を詳しく説明してくださいました。どうしてこうなったのか、そしてその背景にある煩悩は何なのか、どうしたらそれが解決できるのか……。ワークをある意味ではサボって出ていったのにもかかわらず、尊師は一言もお叱りの言葉は発されませんでした。

「屈折せず、落ち込まず、寂しいという感情に耐えなさい。嫌悪のカルマがそれで落ちる。

権力で引っかかっているんだ。どうしたら、救済がうまくいくかだけを考えなさい。」

尊師の言葉を聞いているうちに、わたしの心は徐々に落ち着いていきました。そして、もう一度頑張ろうという気持ちが戻ってきたのです。わたしは、ワークに

戻り、なんとか救済活動のお手伝いを始めました。

◉大きな壁を超えて

しかし、さらにわたしはもう一枚大きな壁を超えなければなりませんでした。

わたしは、それまで尊師の説法会にはよく同行させていただいていたのですが、そのとき行なわれる予定だったいくつかの説法会では、メンバーからすべて外されてしまったのです。

「もうやっていけない。ワークなんかしたくない。」

漫が崩壊し、尊師に対する愛着が崩壊し、完全に嫌悪に変わりました。部屋にこもりきって、動けない状態になりました。そんなわたしの状態を知った尊師は、「今日の昼そっちへ行く」とおっしゃってくださいましたが、おそらくお忙しかったのでしょう、いくら待てどもやって来られなかった尊師に、わたしはまた嫌悪がわいてきました。

※修行をやめて、現世へ戻ること。

もう、このころは煩悩によって完全に魔にとりつかれていたのでしょう。

「嘘つき、嘘つき、嘘つき！」

尊師に対して猛烈な嫌悪がこみ上げ、下向（※げこう）の思いさえわいてきました。

そのとき、突然、部屋のベルが鳴りました。尊師がいらっしゃったのです。

「お前の修行の目的は何だ。」

部屋に上がっていらした尊師は、そう静かに問いかけられました。

「ありません。」

「現世がいいと思うなら、それでもいいだろう。わたしは、現世が素晴らしいなどという教えを説いていないから、君は、何か別のものに帰依しているのだろう。……今日、下向していく君に、何ができるか考えていた。

後悔はないか。」

――後悔はないか――そう聞かれたときに、わたしの胸がズキン……となりました。ですが、後にはひけません。

「わたし、もうこんな状態なら死んだ方がましです。」
わたしは、やけになってこう叫びました。
「死んでも何の解決にもならないよ。」
という尊師の言葉にも耳を傾けずにいると、尊師は、じゃあ、こうしたらどうだ——とおっしゃって、わたしの鼻と口を押さえました。
「このまま君が息を止めていれば、あっけなく死ねるよ。」
「……。」
——何分ぐらい経ったでしょうか、自分ではできる限り我慢して三分はいったつもりでしたが、本当は二十秒ぐらいのものだったのかもしれません。突然、わたしの心が、尊師のエネルギーによってチェンジしました。
わっと目から涙がこぼれ出しました。わたしは、いったいグルに対して何ということをしているのだろう……申し訳なさでいっぱいになりました。尊師の手を口から外して、わたしは声をあげて泣き伏せました。

「……自分のいいところをもっと出していけ。そして、自分をもっと謙虚に見つめなさい。

自己を捨てなさい。どんなパートでも、救済の一パートになっているんだよ。」大声で泣くわたしに対して、尊師は優しいヴァイブレーションに満ちあふれた声でそうおっしゃいました。……わたしは、その声を聞きながら、屈折しきっていた心が変化していくのを感じました。

◉弱まる煩悩

このあと、尊師のアドバイスによって、わたしは慢とその裏側にある卑屈さ、権力欲等を見つめ、克服していくように努力しました。実際、ここで苦しんだことによって、少し、これらの煩悩が落ちたような気がします。尊師は、わたしにこの煩悩が苦しみであることを教えるために、わざわざわたしをこのような環境に置かれたのです。

このようなことが何回か繰り返されながら、わたしは徐々に徐々にマハー・ムドラーの成就に向けての準備を整えていきました。

「暇を見ては教学、瞑想をし、功徳を積みなさい。心は絶えず幻影を抱いている。教学、瞑想は狂ったはかりを修正することだ。」

とアドバイスしてくださった尊師のお言葉に従い、わたしは教学、瞑想を行ないました。しかし、教学については、当初、少し難しい説法になると眠気が襲い、一度聴いてもさっぱり理解できないということが多々ありました。

そのとき、わたしは初めて発願をしたのです。

「わたしは、今生で積んだ悪業ゆえに、今無智に覆われていて説法がわからない。しかし、他の人が一度で理解するものを、わたしは十回でも二十回でも聴くことによって、努力することによって、どうかこの無智を取ってください。」

と。

そして、ワークの合間を見て、寝る間を惜しんで少しでも尊師の説法に触れる

努力をしました。これによって、わたしの中の煩悩は少しずつ弱まり、そして、苦しみ悩む信徒さんや一般の人々の苦しみを取り除くことによって、功徳を積んでいきました。

このようにして、わたしになりに尊師にいわれた修行を行なうことによって、マハー・ムドラーの成就のための土台を固めていったとき、尊師は、わたしに、

「マハー・ムドラーの極厳修行に入りなさい。」

と、おっしゃったのです。

◉再び味わう苦悩

それまで、マハー・ムドラーの極厳修行に対する心の準備というのは、ある程度していました。絶対成就するぞという意気込みもありました。しかし、なんと極厳修行一日目――。たった一日目にして、そんな思いはもろくも崩れさってしまいました。

もちろん、〝阿羅漢〟の境地に到達するのですから、楽に成就できるなんて夢にも思っていませんでした。しかし、ラージャ・ヨーガの修行のときも、クンダリニー・ヨーガの修行のときも、自分のカルマを落とすためにかなり苦しみましたから、マハー・ムドラーの極厳修行のときに、さらにまた極限の苦しみを味わおうとは思っていなかったのです。

最初に、わたしの前に立ちはだかった大きな壁は、蓮華座を二十四時間組み続ける修行でした。エネルギーを完全に引き上げるため、修行中は蓮華座を組み続けなければならないのですが、地獄のカルマによって足が猛烈に痛み、どうしようもなくなったのです。

足が痛い。組み替えても痛い。詞章が唱えられない。瞑想もできない。集中もできない。眠れない。

地獄のカルマによって、焼け付くように足首から下が熱を持ち、究竟（きゅうきょう）の瞑想の一時間が、五時間にも、六時間にも感じられました。動けば動くほど痛みが増し、

どうしようもない状態でした。

ラージャ・ヨーガのリトリート修行、クンダリニー・ヨーガでの立位礼拝の修行、そして、マハー・ムドラーの修行――どれをとっても自己のカルマの精算でこんなに苦しまなくてはならない。自己のなしてきたことだから仕方がないと思いつつ、わたしは涙が流れるのをおさえることができませんでした。

尊師は、そんなわたしに対して、

「快楽と足の痛みは同じ感覚器官を使っている。」

「楽しみの裏側にある苦しみを理解しなさい。」

「痛みから逃れようとする嫌悪が、よりいっそう痛みを増しているのだ。」

と、何度も何度もおっしゃいました。

今までなしてきた楽の追求が、こんな形で返ってくるなんて……。もう二度と楽を求めるのはやめようと、痛いほどわたしは思いました。そして、この現象界の楽の裏側には、必ず苦が存在していることを、はっきりと心の底から知ること

ができたのです。

サキャ神賢（釈迦牟尼）がお説きになった根本的な法に、「四つの絶対的な真理」というものがあります。これは、「この世はすべて苦しみである」「その苦しみは、必ず生起する」「その苦しみは滅尽できる」「そして、その苦しみの滅尽に至る方法がある」という絶対的な法則です。苦しみの滅尽に至るためには、まず第一に「この世はすべて苦しみである」ということを知らなければならないのですが、尊師は、わたしに身をもってこれを教えてくださったのでした。

◉輝く青空間を抜けて

この足の痛みを乗り越えてからも、諸々の壁はありましたが、尊師が究竟の瞑想のときは常にそばにいてくださり、エネルギーを注いでくださるという状態の中で、わたしはその壁を一つ一つ越え、マハー・ムドラーの成就のプロセスを上がっていきました。

仏典に「八つの克服境」といわれている境地がありますが、マハー・ムドラーのプロセスはまさにこの八つの克服境の体験です。蓮華座の痛みに代表される地獄の体験を抜け出し、動物、餓鬼の体験を抜け出していったわたしは、天界の経験、そして愛欲界を超えた形状界の経験をしていきました。

まず、瞑想をしていると目の前の詞章の紙が美しいブルーに染まり、文字がブルーになり、わたしの周りの空間が輝くブルーに変わりました。ブルーの空間の中に自分自身がすっぽりと包まれてしまっているのです。その次には、黄色で、同じように、きらめく黄色の空間に没入しました。そして、赤空間に没入し、白空間に入りました。

その美しさ――本当にこの世のたとえでは、言い表わせません。また、このときには、肉体の感覚は全くなく、ただ至福感のみが存在しています。

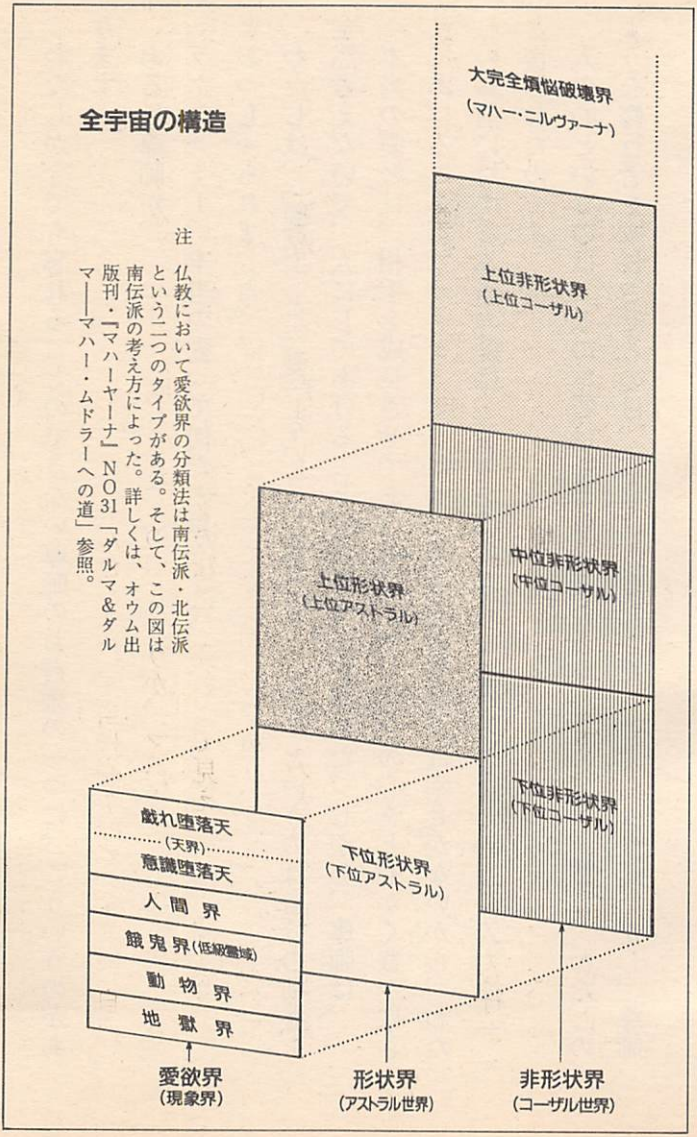
この形状界の経験から、わたしは、サマディの経験、そして、マハー・ニルヴァーナからの光の経験、非形状界への没入、エンライト――解脱の状態へと入ってい

きました。

煩悩から離れた状態とは、呼吸がほとんどなく、本当に心が軽く、また、自己の内側から発する光で周りが明るくなるのでしょうか、マハー・ムドラーを成就する前の日と一日にして、一変して周りの状態が変わって見える、そんな感じがしました。苦しみはすべて自己が作り出したきた幻影であり、わたしはその幻影から脱却することができたんだということを、わたしはこのときはっきりと理解しました。

◉光輝く修行の道を

――肉体的にも精神的にもボロボロ。奔放で自分勝手で、デートの方が修行よりも大事――そんなわたしがこのような境地にまで達することができたのは、今思っても、まさに奇跡としかいいようがありません。尊師が実に忍耐強くわたしを導いてくださったからこそ、なし得たことなのでしょう。



注　仏教において愛欲界の分類法は南伝派・北伝派という二つのタイプがある。そして、この図は南伝派の考え方によった。詳しくは、オウム出版刊・『マハーヤーナ』NO31「ダルマ&ダルマ――マハー・ムドラーへの道」参照。

わたしが今でも忘れることのできない尊師のお言葉の一つに、こういうのがあります。

ある日尊師が、

「ラクシュミー。本当の愛って何だと思う?」

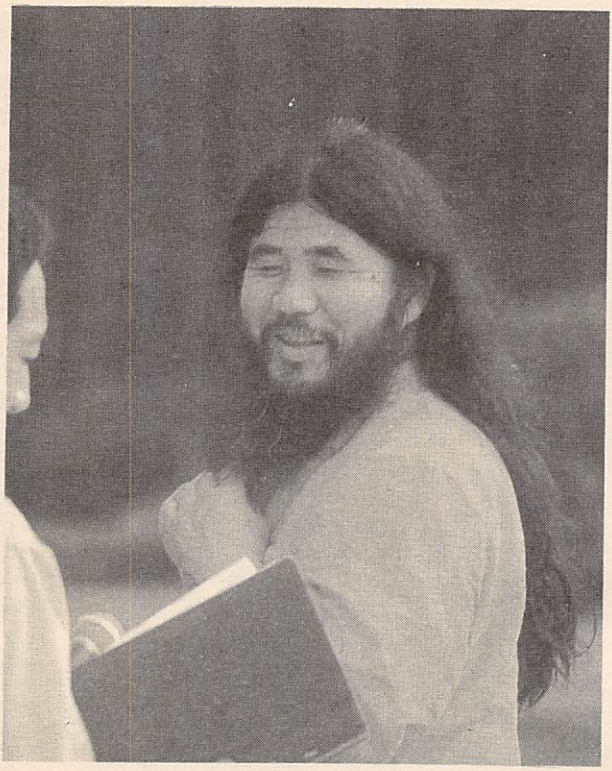
とおっしゃられました。

わたしは、「愛情」と「愛」というのは違って、「愛」というのは自分の利益を全然考えないで、人にしてあげることだと思っていました。しかし、尊師は、

「本当の愛とは、相手を成長させてあげることだ。相手の心をともかく豊かにさせてあげることだ。ラクシュミーには、現世的な意味では幸せがないから、わたしのお前に対する本当の愛は、お前を成就させてあげることしかないんだよ。」

と言われたのです。

人の心というのは、その本質はなかなか変わらないものです。特に、わたしのような修行者を成長させるのは、本当に大変だったことでしょう。しかし、尊師



は、嫌われることも、反発されることも顧みず、決して変わることのない慈愛の心で、わたしを成長させてくださったのでした。

——わたしは、個人としての修行の完成、つまり小乗の完成、マハー・ムドラーの成就に達しました。これからは、自己の苦しみからの解放を目指す小乗の修行ではなく、他の苦しみを取り去ることを目的とした大乗の道を歩いていかなければなりません。もしかしたら、また何度もご迷惑をおかけするかもしれませんが、わたしは、どこまでもどこまでも尊師についていきたいと思っています。

〝グル、麻原彰晃尊師〟——。いろいろなことを記してきましたが、やっぱりこれだけの紙面では語りきることができませんでした。わたしのつたない文章では、いえ、たとえ日本一の作家のように豊富なボキャブラリーをもってしても、不可能だったのではないかと思います。それは、おそらくわたし以外の弟子にお

いても同じことでしょう。

しかし、わたしはまだ、尊師のほんの一面しか見ていないのです。もし、あなたが尊師の教えを受けたとき、あなたの出会う尊師の姿はいったいどのようなものなのでしょうか。あなたの人生はいったいどのように変わるのでしょうか。

尊師によって示された光輝く修行の道の素晴らしさ——。それを、あなたと共に語り合う日が来ることをわたしは心より願っています。

COLUMN—1

◎最終解脱に至るまでの六つのヨーガ

一、ラージャ・ヨーガ

強靭な意志力を背景としたヨーガ。現在のインド・ヨーガでは、このラージャ・ヨーガが主流である。ただし、インドでは十年に一人、二人しか成就しないといわれている。

二、クンダリニー・ヨーガ

生命エネルギーのヨーガ。尾てい骨に眠るクンダリニー・エネルギーの覚醒、上昇によって煩悩を昇華する。

三、ジュニアーナ・ヨーガあるいはマハー・ムドラー

分析智のヨーガ。自らの煩悩を思索によって分解する。このヨーガの成就をもって小乗の完成とされる。仏典でいう〝阿羅漢〟の境地。

四、大乗のヨーガ

三つのヨーガの成就をベースに、四無量心（聖慈愛・聖哀れみ・聖称賛・聖無頓着）の実践をなすヨーガ。

五、アストラル・ヨーガ

報身のヨーガともいう。この段階まで

来ると、「魂の救済」以外には全く頓着がなくなる。

六、コーザル・ヨーガ

コーザルでデータの入れ替えを行なうヨーガ。このヨーガを完成して最終解脱をすると、すべてが自由になる。

現在オウム真理教ではラージャ・ヨーガの成就者が約百五十名、クンダリニー・ヨーガの成就者が約百名、マハー・ムドラーの成就者が八名、大乗のヨーガの成就者が三名存在する。

クンダリニー・ヨーガの成就者、大乗のヨーガの成就者の体験は、『神通力者への道』『原爆覚醒』『秘儀の世界』（いずれもオウム出版）などを参照していただきたい。

COLUMN—2

◉仏典に見る八つの克服境

向煩悩滅尽多学男たちよ、実にこれら八つの克服境がある。八つとは何であろうか。

一人の人が、心の中に種々の形状・容姿を熟知し、外側の種々の形状・容姿の器量が良い・醜いことがかすかなのがわかる。それらを克服し、「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第一の克服境である。

一人の人が、心の中に種々の形状・容姿を熟知し、外側の種々の形状・容姿の器量が良い・醜いことが無量にあるのがわかる。それらを克服し、「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第二の克服境である。

一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側の種々の形状・容姿の器量が良い・醜いことがかすかなのがわかる。それらを克服し、「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第三の克服境である。

一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側の種々の形状・容姿

の器量が良い・醜いことが無量にあるのがわかる。それらを克服し、「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第四の克服境である。

一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側の種々の形状・容姿の種々の青、種々の青い色彩、種々の青い印、種々の青い出現がわかる。例として、ウンマー（きらめき）の花の青、青い色彩、青い印、青い出現のようなもので、あるいはところで、例として、両側につやがあるバーラーナシー産のその衣の青、青い色彩、青い印、青い出現のようなものである。

まさにこのように、一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側の種々の形状・容姿の種々の青、種々の青い色彩、種々の青い印、種々の青い出現がわかる。それらを克服し、「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第五の克服境である。

一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側の種々の形状・容姿の種々の黄色、種々の黄色い色彩、種々の黄色い印、種々の黄色い出現がわかる。例として、モミジバウラジロの花の黄色、

黄色い色彩、黄色い印、黄色い出現のようなもので、あるいはところで、例として、両側につやがあるバーラーナシー産のその衣の黄色、黄色い色彩、黄色い印、黄色い出現のようなものである。

まさにこのように、一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側に種々の形状・容姿の種々の黄色、種々の黄色い色彩、種々の黄色い出現がわかる。それらを克服し、「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第六の克服境である。

一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側に種々の形状・容姿の種々の赤色、種々の赤色の色彩、種々の赤色の印、種々の赤色の出現がわかる。例として、ゴジカの花の赤色、赤色の色彩、赤色の印、赤色の出現のようなもので、あるいはところで、例として、両側につやがあるバーラーナシー産のその衣の赤色、赤色の色彩、赤色の印、赤色の出現のようなものである。

まさにこのように、一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側に種々の形状・容姿の種々の赤色、種々の赤色の色彩、種々の赤色の印、種々の赤色の出現がわかる。それらを克服し、

「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第七の克服境である。

一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側に種々の形状・容姿の種々の白、種々の白い色彩、種々の白い印、種々の白い出現がわかる。例として、オーサディ・ターラカー（閃光を発する色を持つ薬草）の白、白い色彩、白い印、白い出現のようなもので、あるいはところで、例として、両側につやがあるバーラーナシー産のその衣の白、白い色彩、白い印、白い出現のようなものである。

まさにこのように、一人の人が、心の中に種々の非形状・容姿を熟知し、外側に種々の形状・容姿の種々の白、種々の白い色彩、種々の白い印、種々の白い出現がわかる。それらを克服し、「わたしは発見して、わたしはわかる」と、このように熟知する者がいる。これが第八の克服境である。

向煩悩滅尽多学男たちよ、これらが実に八つの克服境である。

第二話　導かれた解脱の境地

※人体にある霊的センター。主なものは、七つある。

◉解脱の瞬間

性欲について思索を始めた。その瞬間だった。性欲がズバッと落ちた。

続けてプライドについて瞑想した。すると、思索を始めてすぐに、プライドに対応するチャクラ※のあたりに何かがチカッと光って消滅した。そして強いエネルギーが昇り、目の前が光で満たされていった。

「煩悩が瞬間的に滅するとは、このことか！」

それまでどうしても到達できなかったステージだった。極厳修行のときも、その後の修行でも、一回も経験することができなかった。前回の極厳修行でクンダリニー・ヨーガを成就したが、それは修行が完成したというわけではない。特に支部での救済活動など、他人の影響を強く受ける環境では、煩悩を押さえきれずに何度となく振り回され、自分が自分の思うようにならず苦しみ続けてきた。

しかし、このとき、

「煩悩は本当に滅することができるんだな。」

と、わたしは実感した。それは、わたしが修行を始めてからずっと求め続け、初めて体験した〝本当の喜び〟だった。煩悩を満たすことによっては絶対に得られない、自分のすべてが喜んでいる状態だった。

――八九年の十二月、わたしは、聖地インドでマハー・ムドラーの成就に達した。紆余曲折しながら修行の道を歩み、約二年半の月日が経ったときのことだった。

この成就は、わたしにとって言葉で言い表わすことができないほど、素晴らしく、価値あるものだった。しかし、修行はここで終わったのではなく、わたしは今、さらに高い境地を目指して修行に励んでいる。

どんなグルのもとで修行するかが、到達できる修行ステージを決定するという。そういう意味ではわたしは本当に幸運だったとしかいいようがない。わたしのグルであられる麻原彰晃尊師は、たった三年でわたしをこのようなステージに引き

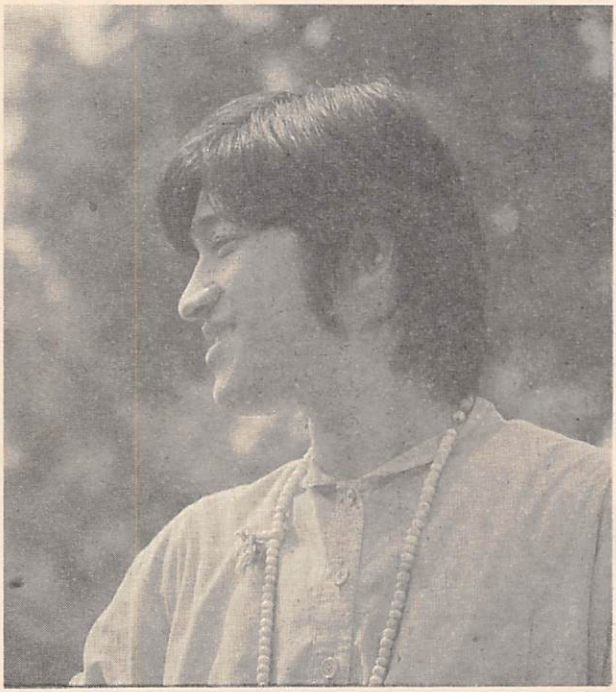
上げてくださったのだ。

◉人生を変えた出会い

グル・麻原尊師との出会い――それは、今考えると、まさに〝人生を変えた運命の出会い〟だったのではないかと思う。しかし、それは信じられないほどあっさりとやってきた。――六年前のことである。

自分のこの限られた能力と、その結果である平凡な生活を打ち破りたい。もっと優秀になりたい、もっと強靭な肉体を持ちたい。あわよくば超常的な力を持って自由に自分の人生を歩んでいきたい。――つまり、〝スーパーマン〟になりたい。

わたしは、そんな願望から、中学生ぐらいよりＵＦＯとか超能力に興味を持っていた。『ムー』や『トワイライトゾーン』などの精神世界の雑誌もよく読んだ。



そして、ちょうど六年前のあるとき『トワイライトゾーン』で、ヨーガのことが書かれている記事を見つけたのだ。

その記事を寄稿されていたのが、麻原尊師だった。

アーサナ中心の記事だったから、内容にそれほどひかれたわけではなかった。ただ、わたしはそのときヨーガに興味を持っていて、どこかのヨーガの会に入りたいと思っていた。そしたら、たまたま『トワイライトゾーン』に載っていたオウムが一番家から近かったのである。それに、有名なんだから、たぶんそれなりの力を持っていらっしゃるだろうと思ったのだ。

わたしは、あまりためらいもなくオウムに入会した（当時は「オウム神仙の会」という名前だった）。そして、すぐに参加した「集中セミナー」で、尊師と初めてお会いしたのだ。

「あっ、普通の宗教家だな。」

――尊師に初めてお会いしたときは、そんな印象だった。普通の聖者だ。この人

は特別でもなんでもないんだろう……。そう思った。しかし、不思議なことに、自分がそれまで読んだ本や、いろんな知識で得たものを思い出してみて、じゃあ他にこんな人いたかなとよく考えてみるといない。

「そうか……。この人は本当に貴重な人なんだな。」

後になって、じわじわとそう感じだした。

これが麻原尊師の救済の船に今生も戻ってきた、記念すべき〝復活の日〟だった。

◉直弟子になる

きっかけはあっけないほど単純だったが、尊師に巡り合ってからは、わたしは、徐々に徐々に熱心に修行に励むようになった。気がつくと、いつの間にか一日三時間から四時間ぐらい修行するようになり、功徳も一生懸命積むようになっていたのだ。

「入会時の超能力願望と、功徳を積む活動というのはだいぶ隔たりがあるんじゃないか？」

と聞かれれば確かにそうかもしれないが、どうもそこらへんになると、麻原尊師の魅力に完全にひかれていたようだった。

早く尊師のおっしゃっている解脱のプロセスというのを通過したい、どういう超能力がつくとか、どういう能力開発ができるということよりも、早く真理の核心部分に触れたい、解脱の道に近づきたい……。

だんだんそんな思いが強くなっていって、さらに、自分だけじゃなくて、すべての人が解脱できればいいなという救済願望も芽生えてきた。

――そんなときだった。わたしは、突然、麻原尊師の直弟子となったのである。つまり、〝出家者〟となったのだ。

◉エリートコースを捨てて

「早稲田の大学院を出てから、宇宙開発事業団に行くことになっているんです。」

「そうか……。じゃあ、その仕事に飽きたらオウムに来なさい。」

尊師にそう言われたのは、三回目に出会ったときだった。わたしは、なんとなくよくわからずじまいに、「はい、来ます」と答えたが、「三年後かなあ。五年後かなあ。十年後かなあ」などと思っていた。

しかし、実際、四月に会社が始まり勤めてみると、昼間は研修、夜は飲み会という無意味な日々が続き、結局、「五月に出家したい」という話になってしまったのだ。

現世に未練がなかったわけではない。豊かな生活は保証されていたし、すでに婚約したような恋人もいた。そういうものと、なんとなく保証されていない不安な、世俗的なものを全部失ってしまうような感じの出家生活と、その選択に非常に悩んだ。

そんなわたしを最終的に出家に導いたのは、やはり、尊師への信頼、この一言に尽きるだろう。それは、自分が修行をしているうちに、クンダリニーが覚醒する、肉げいができる……などの尊師がおっしゃった通りの体験をし始めたり、信用できる友だちやサマナの方が尊師が言われるような体験をしているということが大きいと思う。

これは今でもそうだが、尊師への論理を超えた信頼のようなものがわたしの中にあるのだ。直感的なもので、たぶん心の深い部分で前世から続いているものだろう。

◉クンダリニー・ヨーガの成就——目まぐるしい神秘体験

八七年七月——。出家して、わずか二カ月後。わたしは、成就に向けての極厳修行に入ることになった。

話の発端は、〝ニューヨーク支部建設〟だった。そのころはまだできてなかっ

たニューヨーク支部を設立するためのメインメンバーとして、わたしが行くということになったのだ。そのためには、修行のステージを上げておく必要があった。少なくとも、最低一つのヨーガは成就していなければ、他の魂を真理に導くのは到底無理だ。

「君は前世でも、マハー・ムドラーを成就していた。」

と尊師はわたしに言われたが、このときの極厳修行では、マハー・ムドラーの成就をすることが目的だった。つまり、ラージャ・ヨーガ、クンダリニー・ヨーガをすっ飛ばして、いきなり小乗の完成にまで至ろうとしたのである。

この極厳修行では、尊師からの絶え間ないエンパワーメント（エネルギー移入）によって、様々な神秘的な体験をすることができた。目まぐるしいほどの体験が、尊師のエネルギーによって、一気に起こった。

●七月二十七日（月）

エネルギーが強くなってきたのか、頭頂がしびれるようになってきた。ツァンダリーのプラーナーヤーマのとき、虹色の光の帯が見えた。

●八月十日（月）

睡眠中、白銀色に光る光球が見えた。周りに赤、黄、青の微細な何かが光っているようなヴィジョンを見た。

●八月二十三日（日）

ツァンダリーのプラーナーヤーマの後、体が固定されて足が持ち上がり、体がねじれるような感じがした。体がふわっと浮き上がるような感じだ。

●八月二十六日（水）

ヴァヤヴィヤ後、幽体離脱する。真っ暗な中を上昇した後、下降した。暗い世界に出て、そこには骨があったようだ。体が固定されていて、なかなか元に戻れなかった。

●八月二十八日（金）

今日は、五体投地後、幽体離脱し、前と同じように上昇し、下降し、美しい海岸のある世界に行った。人があまりいない。ハワイのような感じだった、ヴァヤヴィヤのとき、振動が続く。もはや、ダルドリー・シッデイ（空中浮揚の前段階）に近いほど大きく跳ねる。

●八月三十日（日）

ダルドリー・シッディの回数がますます増える。三百回くらい飛び跳ねている。

●九月十六日（水）

尊師が来られて、エネルギー移入を受ける。肉体を構成する五大元素の色を一緒に透視する。黄色（地元素）、スカイブルー（水元素）、赤（火元素）、緑（風元素）、青（空元素）を一つずつ見ていく。そして、アージュニァー・チァクラの白い色、そして最後にオレンジだった（尊師は、「オレンジの光は最後のステージで見るもの」と言われた）。まだ、エネルギーが足りないため、世界が暗く、はっきり感じられないのは残念だった。

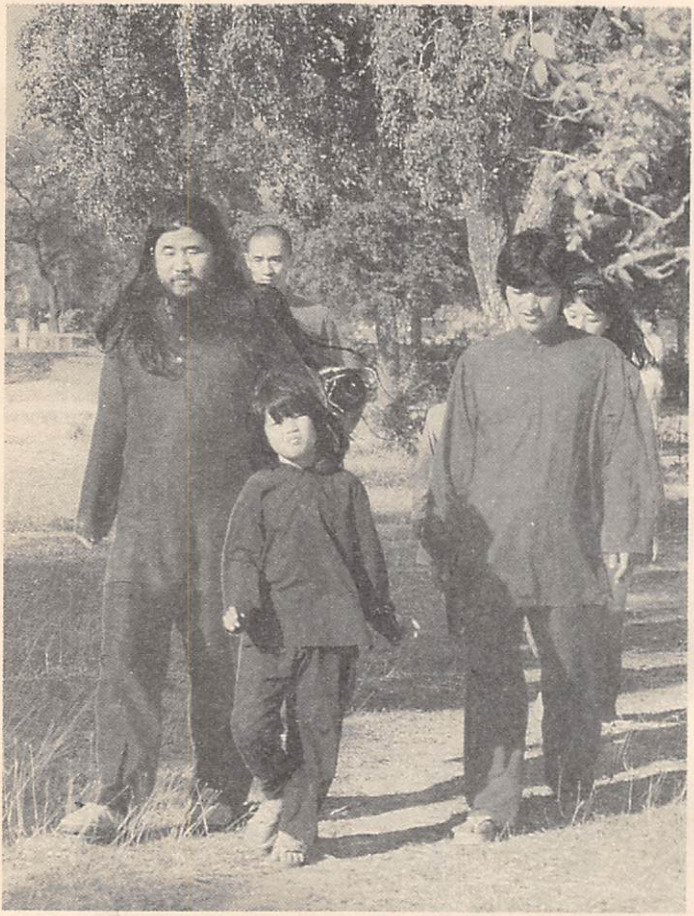
「わたしのエネルギーが全部入った。あと三日ぐらいで解脱するだろう。」

と尊師が言われた。ぐったりされていた。

●九月二十日

夜、寝ていると尊師から突然電話がかかってきた。

「終わったんじゃないか。」



※あるステージに到達すると使えるようになる異次元で活動する身体の一つ。

といきなり言われる。

「呼吸が停止していただろう。お前は座法がヘタだから、寝ているうちにサマディに入るんだ。」

そして、

「もう、瞑想とプラーナーヤーマだけをやれ。そして、サマディに入れ。」

と言われた。

五大エレメント、意志の光球、イメージの光球の霊視。※変化身（へんげしん）でバルドーを通って地獄や天界にまで行ったり、不死の甘露がしたたり落ちて、歓喜状態に浸ったり……。最終的には、クンダリニーの光であるオレンジ色の光を見て、瞑想の究極状態、サマディにまで入った。まさに、ヨーガの経典に書かれているとおり、麻原尊師のおっしゃるとおりの体験を、このときたくさんすることができた。

「クンダリニー・ヨーガの成就だ。」

麻原尊師は、わたしにそう言われた。リトリート修行を初めて二カ月ほど経ったときのことだった。

そして――。

このときからだった。わたしの本当の修行が始まったのは……。ここまでは、ほとんど苦しむこともなく、すんなり到達することができた。これから、わたしの内側で激しい煩悩との闘いが始まったのだ。尊師と真理に対する不信との闘いが……。

◉偽りの修行、偽りの救済

わたしは、その後もマハー・ムドラーの成就のための修行を続けたが、三カ月目にして結局挫折してしまった。自己の心の弱さによって、修行を貫徹することができなかったのだ。その心の弱さは、今思うと、出家した原因にひそんでいた

のだろう。

解脱と悟りを得て、人々を救済するために出家した――このとき、自分ではそう思っていた。しかし、よく考えてみると、「解脱＝スーパーマンになれるんだ」といった気持ちが強かったし、救済といっても、ニューヨーク支部でかっこよく活躍することばかりイメージしていた。苦悩に満ちた六道輪廻から脱却するために、長い修行の道程を真剣かつ地道に歩み続けていくという謙虚さがなかった。自己のエゴ・プライドを満たすための偽りの修行、偽りの救済願望だったのだ。

そのような心の働きの結果、極厳修行で、クンダリニー・ヨーガの成就で終わってしまい、本来の目的であるマハー・ムドラーを成就できなかったのだ。尊師には、「マハー・ムドラーの成就が近い」と言われていたが、より高い成就を得るためのより高い壁にぶつかってしまい、その壁はなかなか越えられそうになかった。加えて、「クンダリニー・ヨーガは成就している」、「ニューヨーク支部設立の準備に忙しくなる」など、修行の中断を正当化する理由があり、心にスキを作っ

ていた。そして、とうとう三カ月目にして修行を断念したのだ。

今思うと、たとえあと何カ月かかろうとも、粘り強く修行し、自分の壁を越えることこそが、本当の意味での自己の進歩、救済につながることだった。しかし、そのときは、修行と救済の真の意味合いを理解しておらず、修行の動機自体が煩悩的であったため、修行を貫徹するに十分な心の強さ、心の支えというものが、わたしにはなかったのだ。

◉芽生える不信

三カ月間の修行を終え、極厳修行を出たわたしは「成就者」として紹介された。尊敬と羨望に満ちたまなざしが降り注ぐ中で、わたしは、心の片すみで何か引っかかりを感じざるを得なかった。

確かに神秘体験はたくさんした。しかし、わたしが思い描いていたほど劇的な精神的変化は得られなかったのだ。

これは、おそらく、既に前生でマハー・ムドラーの成就にまで達していたからだろう。同じ変化を経験している修行者の場合、慣れのため、あまり変化を感じない。しかし、このときのわたしにはそんなことは納得がいかなかった。

そして、この引っかかりが修行に対する不信として頭をもたげてきたのである。

「自分は三カ月も必死に修行したが、結局大きな精神的変化は得られなかった。本当に修行で煩悩を完璧に滅し、別人のようになれるのだろうか。尊師の言われるような解脱や悟りは本当に得られるのだろうか。」

と。もちろん、その一方で、

「もっと修行し続けていたら、何か得られたに違いない。不信を持つ前にもっと修行し、努力すべきだ。」

という意識が反発し、その疑念を否定しようとした。しかし、この葛藤は、支部開設のために渡ったニューヨークの過酷な環境によって、さらに激しいものになり、ぶり返してきたのだ。

◉進まぬ救済活動

ニューヨークでの救済活動は、ストレスの連続だった。大学時代クラブで英語の勉強をしていたとはいえ、わたし自身、実際の海外生活は初めてだった。特に初めのころは、英語を使えるのがわたし一人だったので、電話の受け答え、信徒・非信徒との対応、翻訳、法律関係の仕事が集中し、精神的にも肉体的にもかなりの負担がかかった。

また、周りのサマナは、慣れない環境に苦しみ、思うように奉仕活動ができずにいらだっていた。サマナになったばかりの人もおり、その指導は大変だった。

そんな中でも、わたしの一番の悩みは、入信がなかなか増えないことだった。翻訳本や入信パンフレットなどの出版物がそろっていないことに加え、当時のニューヨークには、インド・ヨーガ、チベット仏教等の伝統宗教だけでなく、ニューエージという精神世界のブームが起こっており、無数の団体とマスター（指導者）が割拠していた。もちろん、その中には多くの偽物のマスターがいる。そのせい

で、オウムを訪ねて来る人々は、これは本物だろうか、それとも偽物だろうかと、強い疑いの目で見る人がほとんどだった。

しかも、オウム真理教の入会金、修行代が、他団体に比べて高いということも大きなネックになっているようだった。アメリカの宗教団体は、奉仕団体の性格が強く、修行代が安いだけでなく、貧民に無料で食事を出しているところが多かった。修行者が、自分の物質的執着を取るために布施をするという、仏教的価値観は広がっていなかった。

これについて、尊師は、

「物資的なものでなく、修行に価値を見いだすように、価値観を変えてやらなければならない。」

と言われた。そこで、わたしはいろいろ工夫し、価値観を変えさせるように努力してみたが、予備知識もなく、信の全くない人たちの価値観を、入信案内の限られた時間に変えることは難しかった。

◉最終解脱者なのにどうして？

どんなにうまく説明しても、言葉に何かを感じさせるヴァイブレーションがないから入信してくれないのではないだろうか。自分自身、修行によって大きな精神的な変化を経験していないのだから、話す言葉に真実味が出るわけがないと考えるようになった。

もちろん、修行を進めていけば変化はあるんだという気持ちもあったが、このころは、様々なストレスが高じて、心が相当弱っていた。また、日本よりさらに煩悩的なニューヨークの波動にも相当影響されていた。そのため、極厳修行以来全く消えていた性欲が出てきたり、食欲については、定められた戒さえ守りにくい状態になっていて、修行を進めるどころではなくなっていた。

このようにして、わたしは、「修行に対する不信」と「そこから抜け出すための修行ができないこと」のジレンマに陥ってしまった。何度も何度も「もっと修行するんだ」と思っては挫折して……。自分の弱さというものを嫌というほど感

じる毎日だった。

そして、このような精神状態のときだからだろうが、この修行に対する不信は、グルに対する不信へと発展していった。それは様々な小さな出来事がきっかけとなった。

例えば、尊師が、

「入信を増やすためには、思い切ったことをやった方がいい。五十ドルの料金で、五時間くらいのマントラ講習会をやりなさい。」

と言われたことがあった。わたしは、

「何の信もない人が、マントラを一つ伝授するだけで五十ドルも払うわけがない。」

と思い、思わず耳を疑った。それでも尊師の意思は実践しなければと思ってやってみたのだが、結局だれも来なかった。今から思えば、不十分な宣伝や、自分の功徳のなさなどが原因だった。限界の努力をしたわけでなかった。自己の努力不足を反省すれば、向上することができるのに、自分を守ろうとする心の働きが強

く、その結果、

「最終解脱者なのに、どうしてこんな指示を出すのだろうか？」

と考えるようになってしまったのだ。そして、このような出来事が何回かあり、その度に心の中に不信と怒りの感情が育っていった。

◉もう一つの苦悩――愛着による苦しみ

また、もう一つの苦悩は、以前恋人で、一緒にオウム真理教に出家したU師に対する執着だった。わたしのU師に対する愛着は、性欲だけではなく、様々な精神的なものに基づいていた。クンダリニー・ヨーガの成就後、性欲については、他人の影響や強烈なストレスによって、一次的に生じることはあったが、もちろんそれで自分の行動に大きな影響があるわけではなかった。

しかし、今思うと、尊師が説法でも指摘されることもあったが、精神的な部分ではまだ執着の根が残っていた。その原因の一つは、恋人であったために、その

人を正確に理解できず、間違ったイメージを持ち続けていたこと。もう一つは、男性にありがちな支配欲求みたいなもの、自分が精神的に優位に立っている関係を求めているところがあったということだ。実際、恋人だったときは、いろいろ助け合いながらも、精神的には自分がリードしていると感じている部分があった。

尊敬は折りに触れ、わたしにU師への愛着について注意された。しかし、当時は、このような自分の心の働きが理解できておらず、尊師の忠告にもあまり納得がいかなかった。しかし、実際は、執着のために苦しみを感じることがしばしばあった。

例えば、U師は、ニューヨーク支部の状態を聞くために、定期的に電話をかけてくることがあったが、あまりかんばしくない入信状況を報告すると、その都度かなり手厳しい言葉をいただいた。客観的にみれば、叱咤激励以外の何ものでもなかったのだが、精神的な優位性が崩れ、プライドが傷ついたわたしは、その言葉に対して怒りと苦しみを感じた。このようなことが、ニューヨーク滞在中に何

回か続き、わたしの心の中には、U師に対する愛着と嫌悪が混ざったような感情が育っていった。

その自分の煩悩にさらに追い討ちをかけたのが、尊師の言葉だった。

「お前には、Uを背景にした、わたしに対する闘争心がある。」

つまり、U師がわたしへの愛着を完全に断ち切り、尊師のもと、東京で修行に専念していることを快く思っていない心の働きがあるだろうということだ。自分のU師に対する支配欲求が、尊師によって阻まれているということである。しかし、そのときのわたしは、この言葉を意外に感じ、納得がいかず、またも尊師に対して不信感を強めてしまった。

だが、尊師の言葉は、その人の潜在意識にあって、後から表面に出てくる意識を示唆している場合が多い。実際、ニューヨークから帰国した後、尊師に完全に心服しているU師を恨めしく思うようになっていった。

◉生まれて初めての挫折

「……わたしの心は常に揺れている。不信が生じ消え、苦しみが生じ消え、これが繰り返されている。今回の苦しみも時間がたてば消えていくだろう。揺れる心を自分自身として、それに埋没するのではなく、心から意識を離すように努力してみよう。そういえば、経典には『心は無常なり。無常なるがゆえに苦なり。苦なるがゆえに無我なり』という教えがあった。知識としては知ってはいたが、これはこういうことだったんだな。」

八八年三月ごろ、わたしの様々な苦悩は頂点に達し、同じニューヨークに滞在していたK師に相談をもちかけるほどひどい状態になってしまっていた。その極厳の精神の錯乱状態の中、わたしは一つのひらめきを得た。こう考えた瞬間、ふっと何か楽になったのだ。一種のあきらめみたいな感情も含まれていたが、「よし、修行を続けていこう」という気持ちが戻ってきた。

ところが、この小康状態も、さらに強烈なパンチによって崩された。東京から、

すぐ戻るようにという指示があったのだ。どうやら、わたしのことをK師が心配されたのだろう、前日相談した話が東京に伝わったようだった。「そういう状態ではニューヨークに置いていてもしょうがない」というのが理由だった。

俗にエリートコースといわれる人生を歩んできた自分にとっては、このニューヨークでの活動は、生まれて初めての完全な敗北であり、プライドが完全につぶされたかっこうになった。また、ニューヨークでの支部活動は出家の動機でもあったから、そこを離れなければならないというのは大きな衝撃だった。

断ち切れぬ強い執着を残したまま、わたしはニューヨークを後にした。

◉あと、十年は我慢しよう

ニューヨークから戻ってくると、ちょうど麻原尊師とマハー・ケイマ正大師（せいたいし）の「水中エアータイト・サマディ」が行なわれようとしていた。わたしは、新しいワークに励んだが、その間も、尊師に対する疑念、怒り、自分に対する情けなさ

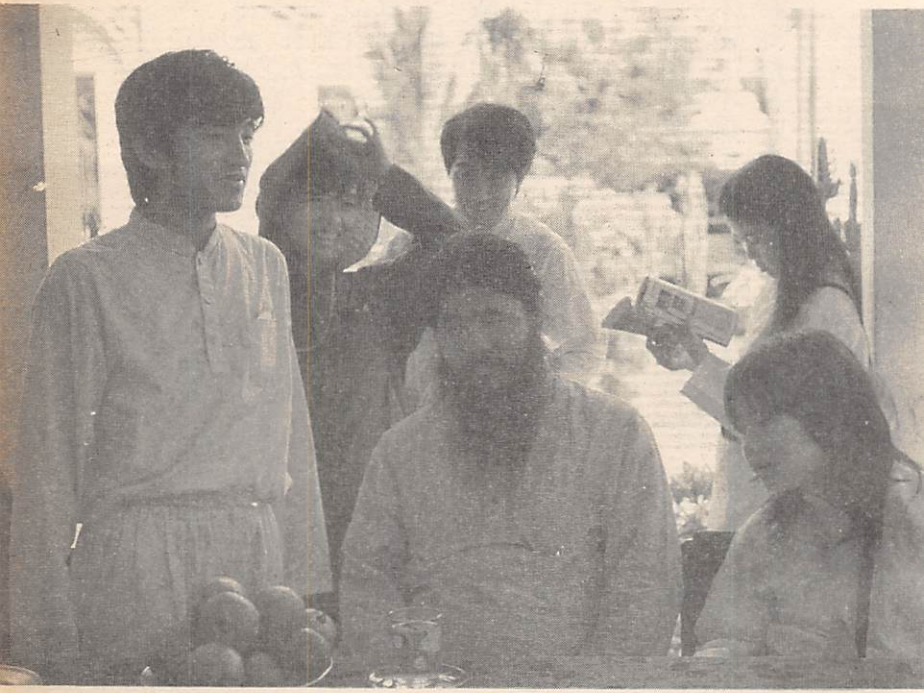
などが入り交じり、心はかき乱された。もちろん、その一方で、自分の修行をもっと進めれば、その効果を体験できるのではないかと思ってはいたが、煩悩のために、修行に没頭できないというジレンマに陥っていた。

このことを尊師にお話しすると、

「それはプライドだ。」

と、一刀両断されてしまった。

わたしは大学を出てすぐにオウムに入ったが、学業でも、クラブ活動でも、かなり熱中するタイプで、それなりの結果を出していた。それで、「自分はこれと思ったことには没頭でき、成果を上げられる人間だ」というプライドを持っていたのだ。このため、没頭できようとできまいと、大きな成果が出ようと出まいと、ただひたすら地道に修行していくという気になれなかった。そのため、修行しても結果が出ないんじゃないかという、プライドの裏返しの卑屈な考えが出てきてしまっていたのだ。



また尊師は、わたしが極厳修行で得た神秘体験を指摘され、

「得たものは得たとして評価しなさい。そうしないと修行意欲がなくなる。」

ともおっしゃられた。

確かにわたしには、「尊師の力によって、多くの神秘体験をさせていただいた」という感謝の気持ちが薄く、自分が得ていないものがあると不満に思うという傾向があった。これもプライドのせいだろう。

さらに、尊師は、

「お前が今苦しいのは、山の中腹まで来ているからだ。山のふもとは傾斜が緩やかだから、楽に登れる。頂上が見えたときも楽になる。一番つらいのが、山の中腹にいるときだ。」

と続けられて、修行は進んでいるんだということを示唆された。

もちろん、不満と不信にとらわれていたわたしの心が、この尊師のお話によって、すべて変わったということではない。不信感を育てた過去の出来事の印象は、

自分のプライドの問題とは別に、わたしの中に根強く残っていた。そのせいで、わたしはこのとき、「よし、あと十年は我慢して修行しよう」という決意をしていた。サマナとなったからには、一生グルについていくというのが当然だから、今思えば恥ずかしい限りだが、その当時はこのように時間を区切ることが自分のエゴに対してのギリギリの攻めだった。

とにかく、尊師のこのお話は、修行においてわたしを昔より粘り強くしてくれた。この後今回の成就まで一年半以上あったが、その間の変化というのは、一見非常にゆっくりとしていて微妙なものだった。だから、わたしの修行に対する姿勢が以前と全く変わっていなかったら、途中で放り出してしまっていたかもしれない。

◉強烈なカウンターパンチ

水中エアータイト・サマディが終わった八八年五月、心の中に様々な苦悩を秘

めながら、わたしは東京本部を中心として救済活動を続けていた。そのとき、わたしの心をさらに揺さぶったのが、ニューヨーク再赴任の話であった。再びニューヨーク行きの話が尊師から舞い込んできたのだ。

「また、ニューヨークをやらせるから、そのスタッフを考えておくように。」

と言われたのである。

わたしの心は緊張しながらも、喜びに包まれた。ニューヨークでの活動は、わたしにとって出家の大きな理由だ。加えて、失敗のまま終わりたくないという気持ち、語学力やニューヨークに関する知識において秀でているという自負、さらに非難した人を見返してやりたいという気持ちが合わさって、自分をニューヨークに駆り立てていた。

しかし、この喜びも数日後、完全につぶされてしまった。会議の席上で、尊師が、

「アメリカに行くか行かないか、もう一度考えて決めろ。」

と、わたしに問いただされたのだ。そして、

「マイトレーヤには精神的弱さがあるから、再び失敗したら、二度目の挫折になるだろうし、Mの方が適役ではないか。」

と続けられたのだ。尊師のこのお話は、形としては、わたしに選択を任せるというものであったが、流れは明らかに一つの方向を示していた。

二十分くらい話し合いが続き、わたしはやっと重たい口を開き、

「M師にお願いします。」

と言ったが、心は明らかに言葉とは逆であった。

このときは、「ニューヨーク＝自分のオウムでの存在価値」というプライドがずたずたになった。「よし、やるぞ」と思っていたさなかにくらった強烈なカウンターパンチだった。

今思うと、特定の国の人を救済したいというのは、おかしな考え方で、執着以外の何ものでもない。

「執着は苦をもたらす。」

このことを悟らせるための尊師の愛のムチだったのだろうが、このときはそう考えることはできなかった。修行意欲を支える糧を失い、わたしの心は大きく揺れた。

これからは、自分の才能を発揮できず、無気力な人生を過ごしていかなくてはならないような気がした。「現世の方がもっと充実した人生を送れるのではないか」「いや、現世に戻っても、もうもとには戻れない。みじめになるだけだ」という考えが目の前をちらつき、わたしを苦しめた。

◉選択は一つ

このニューヨークの話のあと、八八年の七月に、わたしは尊師と共にインドへ旅立った。麻原尊師と深い交流のあったダライ・ラマ法王とチベット密教カギュ派総帥（そうすい）カール・リンポチェ師に会いに行くためだった。

そして、このときである。それまでの不信と甘えによって完全にゆがんでいた心を目覚めさせるような出来事が起こったのだ。それは、カール・リンポチェ師のところで尊師と共に滞在していたときのことだった。

このときも、わたしは不信により帰依というものに悩んでいた。そうしたわたしに、尊師はこうおしゃったのだ。

「わたしはタントラのグルだ。帰依ができないなら、タントラの道は歩めない。大乗がいいなら、カール・リンポチェの弟子になれ。」

と。

リンポチェは弟子に対して、比較的ソフトで、ゆっくり時間をかけながら帰依させていくというタイプだった。一方尊師は超スピードで弟子を成就させるために、厳しい愛のムチで弟子のカルマを落とす。その愛のムチが誤解されると不信につながるので、人によっては帰依しづらいのだ。

この尊師の言葉は、わたしの心に一種の目覚めのようなものを与えた。それま

で、わたしは自分の修行において、尊師がいなくなることを考えたことがなかった。もちろん、他のグルを比べたこともなかった。

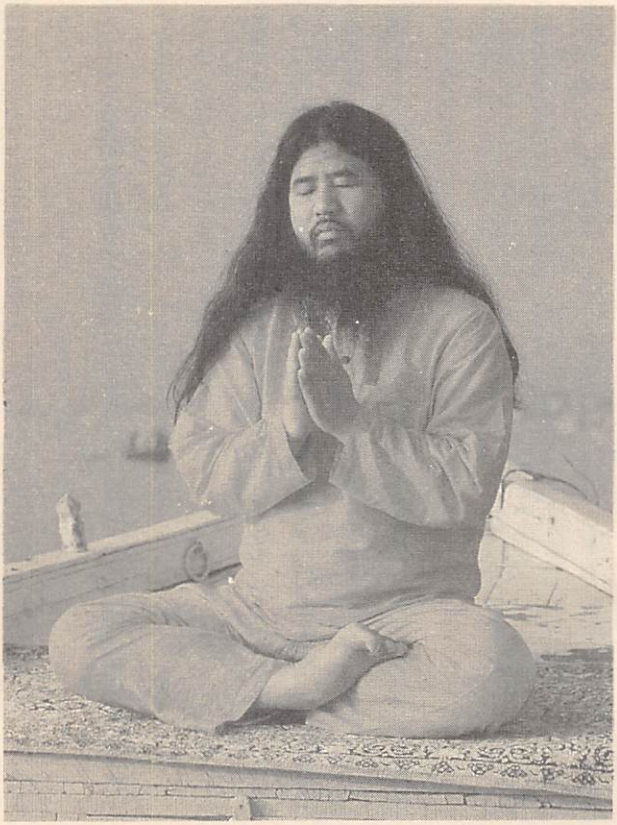
これは、ある意味で矛盾している。尊師に対して不信を持っていると言いながら、尊師なしの修行を全く考えていないわけだから。今思うと、やはり心の奥では、「修行するならこの人のもとしかない」と思っていたのだろう。そして、不信の原因は、やはり現世的な煩悩が背景にあったのだ。

また、その少し前に、尊師が、

「グルというのは花のようなものだ。遠くから見ると綺麗だが、近寄ってみるとグロテスクな部分もある。いつもグルのそばにいると、グルの価値がわからなくなる。」

と言われたことがあった。

遠くから尊師を見ている信徒さんと違って、厳しいカルマ落としをされる弟子にとっては、その未熟さのため、グルが憎しみの対象になることもある。そして、



いつもそばにいることができると、それが当然となってしまい、その大きな恩恵に気がつかなくなってしまう。つまり、甘えが生じるのだ。

もちろん、この話を初めて聞いたときは、自分の煩悩と観念のために素直に受け入れることができなかった。しかし、尊師から、

「カール・リンポチェのところへ行くか。」

と言われたときに、初めて自分が尊師から遠ざかることを具体的にイメージすることになったのだろう。尊師を失うことによる損失の大きさ、言い換えれば日頃受けている恩恵というものをおぼろげながら感じることができた。

この体験がベースとなって、その後かなり時間がたってからではあるが、こう考えるようになっていった。

修行が完成していない者は、非常に深い意味のあるグルの行為のすべてを理解することはできない。不信が、自分の煩悩や観念によるものだということ理解することもできない。それは、修行を進めない限り解決しない。修行が完成してい

ない者にとって一番大切なのは、帰依するか帰依しないかをはっきり選択しなければならないということだ。尊師の説く修行の道、他のグルの道、現世での人生……。尊師の道を選択したなら、その道を全力で前進しなければ、短い人生の時間を無駄にするだけだ。前進しなければ解決しない不信のために立ち止まったり、選択しなかった現世の方に目をやっても何の意味もない……。

このように、極めてゆっくりとだったが、甘えによってゆがんだ心と、不信にとらわれていることの無意味さを理解するようになっていったのだったと思う。

◉愛着、嫉妬、怒り……

インドから帰って間もなく、わたしは、名古屋支部に派遣された。そこにはU師がいて、このときにも、愛着という煩悩には、喜びの裏に苦しみが潜んでいることを経験を通して十分味わうことになった。

昔はU師がわたしに追随するという感じだったが、そのときは、師として自己

を確立していて、支部活動においては自分なりのやり方を持っておられ、名古屋支部は活気づいていた。それは、U師の大きな精神的な進歩だった。ところが、わたしには依然支配欲というものがあって、師の進歩を心から喜ぶことができなかった。また、支部活動において、師のやり方を十分に尊重できず、自分の主張をしすぎることがあった。その結果、わたしの心は、嫉妬、怒りなどにとらわれることが少なくなかった。

これは自分でも自覚していたが、尊師がわたしを名古屋に送ることによって、愛着の苦しみを経験させようとしたのだろう。今思うと、このような経験を通じて自分の心は少しずつ変わっていったような気がする。

◉煩悩超越のための試行錯誤

名古屋支部から退いたころ、再びわたしに舞い込んだのは、ニューヨーク支部赴任の話だった。今度は、法律関係の仕事と尊師の著書の英訳が中心の目的だと

いうことだった。

ニューヨーク支部にもう一度行くということが決まったとき、前回のようにストレスによる煩悩に負けないこと、特に性欲・食欲をコントロールすることを目標にした。

それまでも、煩悩のコントロールには手を焼いていた。というより、それは本当に深刻な悩みだった。

煩悩を含めたいろいろな心の問題を解決するためにも、修行を進めることが第一だと思っていたから、いろいろな方法を試しては試行錯誤していたのだ。

ある時期は、煩悩に負けたときの悔しさを繰り返しイメージし意識した。暇を見つけては「大乗の発願」を唱えたり、「修行するぞ、修行するぞ」とぶつぶつ言い続けていたこともあった。これらは、心は日頃インプットされる情報に左右されるという教義に基づいて考えたものだった。

その中で、一番思い出に残っているのが、このニューヨークでの断食だ。性欲

は、食事を控えれば押えられるし、食欲も全く食べなければいいわけだし、食事量を減らせば睡眠時間も減るだろうと考えて、五日間くらいの断食を二日間のインターバルを挟んで、四、五回繰り返したのだ（こんな無理な断食ができるのは成就者だからだと後に尊師から言われたので、決してまねしないでください）。

断食も、始めて三日目くらいになると、呼吸が止まるようになり、集中し続けていると意識が途切れそうにもなった。ツァンダリーも頻繁に起こるようになって、その快感は何もせずにただ座っていたいと思わせるほど強いこともあった。そして、最後の日には非常に心が軽くなり、すべての人が愛せそうな気持ちになったのだった。

この断食に成功したことで、わたしは一時的にではあるが煩悩に勝つことができたと思った。もちろん、その後、食欲がぶり返してしまって長くは続かない勝利感だったが、煩悩の手ごわさに手を焼き続けてきたわたしにとっては、本当にうれしいことだった。

◉断ち切られた執着

だいたい八月末から約二カ月、わたしはニューヨーク支部に滞在し、その間、『マハーヤーナ・スートラ』『生死を超える』『超能力・秘密のカリキュラム』の三冊の翻訳に大半の時間を割いた。

そのうち、訳の校正のために、頻繁に支部に来てくれる信徒さんもでき、本が印刷されたら一気に活動が拡大していくのではという希望も感じるようになった。

しかし、帰国したわたしを待っていたのは、そんなニューヨークに対する思いが完全に断ち切られるような出来事だった。

わたしが帰国して一週間ほど経ったとき、尊師の指示でニューヨーク支部が一時閉鎖（翌年二月まで続く）されることになったのだ。さらに、年が明けて間もなく開かれた会議では、尊師からわたしが海外支部を担当することはもうないだろうということを言われた。

この一連の出来事は、強かったわたしの外国願望をほとんど強制的に打ち崩し

ていくものだった。

そして、ある日、「もう、外国での救済を特に意識することはやめよう」と半ばやけくそに思い切った。そのときは、自分を支えている大きな力がなくなり、痛みと共に何か宙に浮くような感じさえしたが、その後は、わたしの外国への執着はどんどん落ちていった。

◉深まる納得——修行はすべきだ！

ぼろぼろな精神状態の中で、わたしは、しばしば修行の大切さ、意味合いについて思索し続けていた。しかし、それは修行と考えて積極的にやっていたのではなかった。心の奥からわき起こる修行に対する疑問を封じ込めるために、必要に迫られての思索だった。

わたしの煩悩は、修行を妨げるために様々な疑問を投げかけてきた。修行の意義を支える根本的な世界観、例えば、魂の存在、転生（てんしょう）の存在、欲六界の存在、カ

ルマの存在などに対する疑問、自分の神秘体験が幻影ではないかという疑問、在家で天界を目指す修行に妥協しようという誘惑……などが心に浮いてきた。わたしの心は常に揺さぶられた。

そこで、わたしは、尊師の本を読み直すことに加え、オウムの出版物に載っている体験、サキャ神賢（釈迦牟尼）やチベット仏教の経典、欧米での信頼できる輪廻転生の研究などに注目した。貴重な体験をした師から、詳しい話を聞いた。関連する経典、出版物にも目を通した。そうしながら、疑問に対する回答を見つけるため、自分の体験の意味合い、現世の意味合い、修行の意味合いなどを考えていった。

これらの思索は、ある時期に集中して行なったのではなく、煩悩によって修行に対する疑問が強くなる度に考えたことだ。何カ月間も同じところで答えが出ずに、苦しんだこともあった。しかし、一つ一つの疑問が解決するごとに、修行はするべきだという気持ちが、疑問を持つ心よりも着実に強くなっていった。

修行を通じての世界観は、自分の体験だけでなく、信頼できる事実や他人の修行体験を目にするうちに、自分の心の中で次第に確固たるものとなっていった。

現世での生活をはじめとする煩悩的な生き方についても、そのはかなさ、苦しみといったものを感じるようになっていった。しかし、これには特に長い時間がかかった。たぶん出家前にあまり苦しまなかったためだろう。

ここで役に立ったのが、前に述べた出家生活での様々な苦しみ、煩悩によって生じた苦しみの体験だった。そして、その体験の中で培ってきた修行における粘り強さだった。もちろん本に書いてある教義も役立ったが、自分自身の苦しみの体験は何といっても強いインパクトを伴っていた。

何度も何度も、真理、そして苦しみを与える尊師に対しての「不信・嫌悪」の感情に悩まされながら、

「いかなる苦しみも、自分の煩悩を背景にして生じる。グルや環境など外的なもののせいにせず、自分の煩悩を滅することに心を集中しなければならない。」

と考えるようになっていったのだ。

◉同じ悩みを持つ法友のために

八九年の二月から、わたしは大阪支部に派遣された。徐々に真理に確信を持ち、心が救済に向かい始めていたため、わたしは、全力で支部活動に当たることができた。

ここで、修行の意味合いについて繰り返し思索した経験が、修行の世界に懐疑的な一般の人を説得していくのに非常に役立った。わたしは、支部に来る人だけではなく、各地方を回ったりして、ほとんどオウム真理教を知らない人に入信の案内をすることも多かったからだ。

こうして大阪支部で巡り合った人の中には、今出家して一生懸命修行している人もいる。もちろん、その人達はもともと尊師や真理との縁があったのかもしれないが、何か自分の苦労が報われたような気がする。苦しむことがあっても、そ

の経験が、将来同じ苦しみを持つ人にとって役立つかもしれないということを考えると、何か元気が出てくる感じがした。

◉災い転じて福となす

ちょうどこの時期、わたしの修行に大きな影響を与える出来事が起こった。突然始まったオウム・バッシングである。

煩悩を肯定している現代社会に対して、宗教は煩悩を否定し、真理を求めるといった点で反社会的だ。そのため、仏教もキリスト教も最初は迫害された。特にオウム真理教は純粋に真理を求めるがゆえに、他団体のような妥協がない。その分、悪意を持った人が、偏った見方によって攻撃しようと思えば簡単である。

わたしは、オウム真理教の真実を知ってもらうため、マスコミをはじめとしたいろいろな人と対応した。しかし、バッシングの嵐はなかなか収まらず、マスコミを中心とした、宗教否定、煩悩肯定の考え方の堅さを改めて感じた。今では、

知識人を中心に多くの人々に麻原尊師の智性の高さ、オウム真理教の仏教教団としての正当性が認められ、マスコミの報道も変わってきているが、当時は、自分たちの利益のためセンセーショナルな報道を第一に考えるマスコミに対して、オウム真理教の正当性を主張するのは大変難しかった。

しかし、この一連のオウム叩きは、意外なことにわたしの修行にはプラスに働いた部分があった。まず、現世の煩悩的な生き方に対する思いが完全に断ち切れたことである。もちろん、それ以前に、その空しさ、苦しみもかなり理解していたと思う。しかし、ある団体のスポークスマンとして、マスコミを通じ、その煩悩的な生き方を否定する立場を主張するということは、どんなことがあっても修行の道を一生歩んでいくはっきりとした選択なしにはできないことだった。

また、オウム真理教を理解してもらい、真理を守るためにはどうしたらよいかということを常に考え、行動しなければならない状況にあったから、煩悩や観念にとらわれている時間は必然的に少なくなった。修行やグルを否定する口の悪業

を積んでいた状態とは逆の状況になったのだ。この功徳のお蔭か、その後、わたしの修行はかなり早く進んでいったように思う。

◉近づくマハー・ムドラーの成就

十一月――。「ポアの集い」で、尊師は、近いうちにわたしがマハー・ムドラーを成就すると予言された。その言葉を裏づけるかのように、わたしの成就を阻んでいた二つの大きな引っかかりが次々と落ちていった。

その月の初旬、大阪支部から東京に戻ってくる途中、車内で瞑想していたときのことだった。相当に集中していて、二時間くらいずっと思索をした。すると、長い間理解できず、大きな引っかかりになっていた教義について、ぱっとひらめいたものがあった。ズバッと納得できたという感じである。尊師がおっしゃるには、これがわたしにとって初めての「ポア」、すなわち意識レベルが瞬間的に変化するという経験だった。

十二月に入ってすぐ、前に述べたU師に対する感情にも、大きな変化をもたらす出来事が起こった。執着というのは、おうおうにして偏ったイメージによってできるが、そのイメージが崩壊したのである。そして、その後すぐ西ドイツに赴き、尊師のもとで、この執着について集中的に瞑想する機会が与えられた。

このあたりは、わたしにマハー・ムドラーを成就させるような方向に、周りの状況が変化していったような気がする。クンダリニー・ヨーガの成就後に続いた、長い長い苦悩が終わりを告げようとしていたのだ。

◉聖なるヒマラヤへ——

そして、八九年十二月。ついにわたしは、尊師と共にヒマラヤへと向かった。尊師が最終解脱を果たされた聖なる山、ヒマラヤ——。わたしは、ここでもう一度、マハー・ムドラーの成就に向けての集中的な瞑想修行を尊師より与えられたのである。

わたしたちは、ウッタルカシーというこぢんまりとした町に着いた。近くには〝聖なるガンガー〟（ガンジス川）が流れている。上流に近いので水は澄みきっていて、太陽の日を受けると水晶のようにきらめく。

町中から少し外れて、質素なホテルに荷を降ろすと、そこで、師は一人一部屋与えられ、それぞれ瞑想修行に打ち込むこととなった。前回のクンダリニー・ヨーガのときの極厳修行とよく似ているが、食事のときには外に出るし、部屋も広いからプレッシャーは格段に少ない。

しかし、今回の修行には、一五〇〇メートル以上の高地であるということと、特別な漢方薬を調合し粉末状にした「地丹（ちたん）」という二つの負担があった。地丹は、エネルギーが強化される反面、非常にまずくて消化もされにくく、大きな精神的負担になった。修行を早く進めるために、尊師が考えられたものだった。

◉念を強めろ！

一回目の丹を食べた。その後瞑想したが、丹のせいで腹が重たい。意識は不鮮明。三回ほど意識が飛ぶ。尊師のお言葉によると、丹によって上昇する風のエネルギーが強いからだという。アナハタ・チャクラの引っかかりが前回の西ドイツでの修行で取れているそうだ。

しかし、風エネルギーが強く上昇するため、潜在意識に入るが、同時に煩悩についての思索もしにくくなって、ついつい意識が飛んでしまう。尊師は「風エネルギーに意識がついていってない」状態だとおっしゃった。

二回目の丹を食べ、瞑想する。しばらくすると、尊師がわたしをお呼びになった。

「どのくらい思索できたか。」

「三十分くらいできました。その後また飛んでしまいました。」

「三十分できることはよいことだ。三十分の四倍、二時間になったらいろいろな

変化が起きる。あと何日かの状態だ。」

「時間はどうやって延ばしていくんですか。意志の力ですか。」

「意志ではない。念だ。」

意志とは、欲求を満たそうとする心のある方向での働き、念とは修行を成就しようとする心の働きで区別される。

念という言葉は心に響いた。

◉熾烈な加速実験

三回目の丹。通常丹は一日一回だが、これで一日半の間に三回食べたことになる。尊師は「加速実験」と言われていたが、早く成就するため、限界いっぱいまで丹を使おうということらしい。食べた後瞑想していると、下痢をもよおしてきた。

しばらくして、尊師から呼ばれた。

「吐いたか。」
「いいえ。下痢を三回しましたが、吐き気はありません。」
「すごい。加速実験に生き残ったのはお前だけだ。他の師はみんな吐いてしまった。アナハタ・チャクラなどでエネルギーの流れが詰まっていると吐いてしまうんだ。それで瞑想状態はどうだ。」
「明瞭な意識と不明瞭な意識が交互に来るといった感じです。不明瞭なときは眠りの中にいつつ思索しているといった感じです。」
「はっきりした意識というのは、今までのはっきりした意識と違うんじゃないのか。」
「はい。そう思います。」
「意識状態によっては明日終わるかもしれないよ。」
尊師の最後の言葉に少し緊張しながら、わたしは自分の部屋に戻った。

◉初めて体験した〝本当の喜び〟

午後〇時ちょっと過ぎ、十七日になったばかりのときに、再び尊師に呼ばれる。

「もう〇時になったから言うが、今日終わるか、明日終わるかだ。それはお前の念次第だ。」

とおっしゃった。

その後、再び丹の時間がやってきた。つらい。もう少しで吐きそうだ。どうにかこらえて部屋に戻るが、胃がもたれた感じだ。

瞑想に入った。しばらくすると、眠気が襲ってきて、耐えられなくなった。

「眠るな！　今が一番大切なときだ。」

わたしは自分を励ました。

「苦しいが頑張らなくてはいけない。念だ！　念を強めろ！」

すると、いつもと違う非常に気持ち良い状態に入った。大変楽で静かな状態だ。意識は深い感じなのに、すごく鮮明だ。呼吸もほとんどしていない。

「これが『楽』の状態か。」
ふっとそう思う。
瞑想課題について思索し始める。まず、性欲について意識を向けた。具体的にイメージすると、性欲のエネルギーが上昇してくる。明るかったヴィジョンが暗くなる。そして、性欲について思索を始めた。その瞬間だった。性欲がズバッと落ちた。
続けてプライドについて瞑想した。すると、思索を始めてすぐに、プライドに対応するチャクラのあたりに何かがチカッと光って消滅した。そして、強いエネルギーが昇り、目の前が光で満たされていった。
「煩悩が瞬間的に滅するとはこのことか！」
それまで、どうしても到達できなかったステージだった。極厳修行でも、その後の修行でも、一回も経験することができなかった。前回の極厳修行でクンダリニーヨーガを成就したが、それは修行が完成したという訳ではない。特に支部で

の救済活動など、他人の影響を強く受ける環境では、煩悩を押さえきれずに何度となく振り回され、自分が自分の思うようにならず苦しみ続けてきた。

しかし、このとき、

「煩悩は本当に滅することができるんだな」

と、わたしは実感した。それは、わたしが修行を始めてからずっと求め続け、初めて体験した〝本当の喜び〟だった。煩悩を満たすことによっては絶対に得られない、自分のすべてが喜んでいる状態だった。

しばらくして、尊師の部屋を訪れる。今、かなり意識が鮮明になっていて、もう終わりは近いということである。さっきの体験についてお話しすると、

「それは、マハー・ムドラーの成就の状態だ。」

とおっしゃられる。尊師の言葉のニュアンスは、「まだ成就とはいえないが、今の状態をより確実なものにしていけばよい」といった感じに受け取られた。もっと頑張らなければいけない。

尊師にごあいさつをして、わたしは立ち上がった。喜びと緊張の両方の感情に包まれながら、部屋を出る。そういえば、今日はわたしの二十七回目の誕生日だ。きっと、この日は人生の重要な節目となるに違いない。

◉観念の崩壊に向けて

瞑想に入る。ヒンドゥー・ツァンダリーをするが、胃のもたれが治らない。丹の影響で、性欲が少し出てきた。深い瞑想に入れず、性欲に押される感じだ。丹の影響がさらに強くなってくる。性欲を感じる対象を分解しようとする。

「なぜ、美しいと感じるのか。なぜだ！」

その朝、尊師は観念についての説法をされた。例えば、美しい人という観念も人によって違う。その説法に沿って考えていくのだが、どうも切れない。

「自分で切れない場合は、わたしのところに来なさい。」

という尊師のお言葉を思い出して、わたしは尊師のところへ行った。

わたしの質問を聞くと、尊師は、美しい人というのは人によってかなり違うことを強調され、わたしの好きなタイプの分析を始められた。そして、わたしが完全に自立している人より、甘えてくるタイプの人が好きであり、その背景に、「支配欲求」があると指摘された。

「支配欲求のデメリットを悟ると、好みが全く変わってしまうよ。」

と尊師はおっしゃられる。ご自身も修行の過程で、好みがどんどん変わっていったそうである。

自分の観念をつきつめていくと、自分の煩悩にぶちあたり、それを滅すると、観念が崩壊する。その結果、「美しいとは思っても、だから好きだということはない」という状態になるそうだ。

◉捨てるということ

早朝の二時、尊師に呼ばれた。

「ずいぶん進んできたから。」
と言われ、新しい瞑想課題を与えられた。
「捨てることについて考えなさい。捨てるとは、煩悩だけでなく、瞑想による喜の状態を捨てることも含まれる。これは最後の瞑想だ。」
「支配欲求・闘争心」と「捨てること」――この二つの課題を胸にわたしは尊師の部屋を出た。

◉目の前に光は満ちて……

自分の部屋に戻り、まず闘争心について瞑想する。しばらく闘争心のデメリットについて思索していくと、パッとひらめいた。
「闘争心のために、他人の長所を学ぶことができず大変な損をしてきた。自分とは違うタイプの修行者、自分にはない良さを持っている修行者と自分を比較して、その優劣を気にするのは、闘争心があるからだ。

違うタイプの人から学ぶことによって、自分の修行の幅は大きく広がる。人それぞれ長所と短所があり、様々なタイプの人がいるということは、大変な幸福だ。それぞれから、自分にない長所を学ぶことができ、心を成熟させていくことができるからだ。しかし、今まで、自分の周りにあふれているこの大きなチャンスを全く生かせなかった。それどころか、嫉妬など様々な苦悩の原因になっていた。加えて、人の長所、短所をありのままに見つめられないがため、人を正確に見ることができず、救済においても大きな損失だった。尊師は自在に人の長所を誉められ、短所を指摘されるが、それは闘争心がないからなんだ。」

このような思考が一気に出てきて、

「本当に損したんだなあ」という思いが込み上げてくる。そのときだ、喉で詰まっていた気の流れがいくらか取れて、エネルギーが強く上昇してきた。そして、目の前から上に光が満ち、ナーダ音が聞こえた。見えた光は薄い赤紫がかかっているような感じがした（これは錯覚かもしれない）。

お昼過ぎ（十二時四十分）、食事の際に、尊師に朝の体験の報告をした。すると、尊師は、

「マハー・ムドラーは終わっている。あとはどのくらいの完成度にもっていけるかだ。そのためには、この前言った幅を広げる瞑想をしなさい。どうせ空無辺処定に入っていかなきゃならないんだから。」

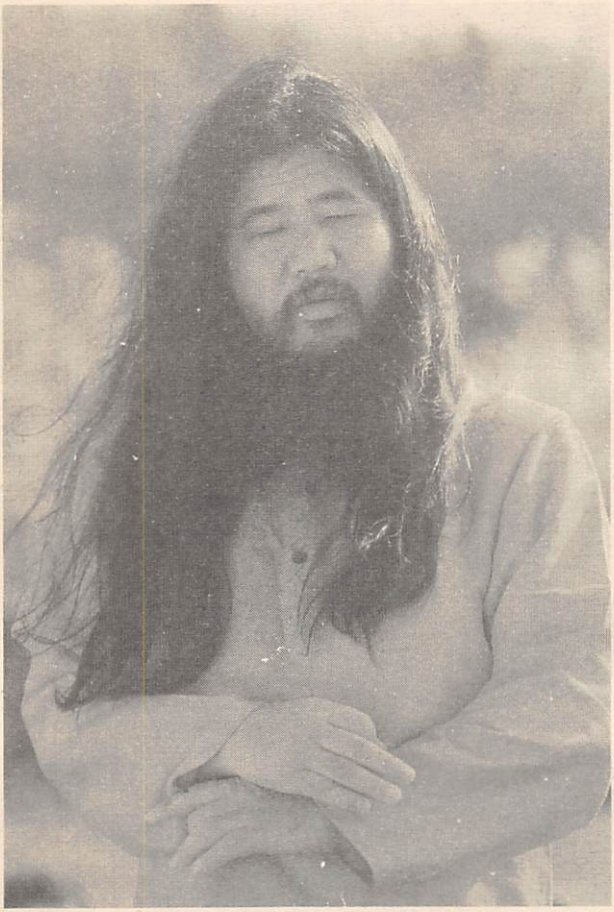
と言われた。わたしは、尊師のお顔を見ながら、

「修行をやっていて、本当に良かったと思います。」

と心の底から言った。

◉遥かなるマハー・ニルヴァーナを目指して

朝の瞑想。いつものように気持ち良い状態に入る。煩悩について、その対象を具体的にイメージしても、性欲も食欲も、何もわいてこない。非常に安定していて、そのままの状態に漂っていたいという感じだ。しかし、人と触れ合い、救済



活動をすれば、この状態は失われる。瞑想による喜の状態にさえ執着せず、救済活動に取り組むことが、尊師の言われていた「捨てること」の意味合いではないだろうかと思った。

すると、体の感覚が鈍くなって、座高が半分くらいになったような気がした。はっきりとした感覚があるのは、頭と手とお尻の部分だが、頭からお尻までの長さがおなかまでの長さくらいに感じた。少し横にも広がったような感じだ。肉体という外枠をはずれ、意識が広がりかけているような感じだ。「これが、尊師の言われていた空無辺処定の状態の入り口かもしれない」とわたしは思った。そして、「修行というのは終わりがない。もっともっと奥へ、先へ行こう」と決意した。

以前、尊師から六つの極限についての詳しいお話があったことがある。そして、それには、八つの解脱の段階があるということだった。それによれば、今のわた

しの状態は第三解脱、第四解脱に相当する。この尊師の説法を聴き、わたしはマハー・ムドラーを遥かに越えて続く修行の壮大さと神秘を感じた。そして、自分の修行意欲が高まるのを感じた。

今後は、マハー・ムドラーの上に遥かに続くステージをできるだけ早く与えていただけるよう、全力を尽くそう。この素晴らしい修行という世界にすべての魂を導く尊師のお手伝いをすべく、尊師からいただいた、このマイトレーヤという偉大な名前に恥じることなく、未来際に渡って邁進(まいしん)していこう。遥かなる絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜の世界、マハー・ニルヴァーナを目指して――。

◉すべてはグルの愛

――この平安の境地に達したとき、わたしは、

「……すべては、グルが計画されていたことだったのだ。〝マハー・ムドラー〟だったのだ。」

※他心通とは、他人の心を知る能力。死生智とは、転生先を知ったり、生きながらにしていろいろな世界とつながる能力。

と、しみじみと悟った。

マハー・ムドラーのもともとの意味というのは、マハー「大いなる」、ムドラー「空」、つまり「大空」である。これは、すべての現象が心の本質の現われにすぎないものであることをグルが弟子に知らしめるための特別な技法のことだ。ここで、グルは、弟子に対して※他心通、※死生智等のデータをもとに弟子の心の本質を現象化していくのである。そして、それが苦しみであるということを理解させて、グルがそれを一気に抜き取ってしまうのだ。

わたしが成就した後、尊師は、

「マイトレーヤは、マハー・マーヤ（現ヤソーダラー正大師）の次に長く苦しんだんだ。」

と言われたという。

ニューヨークに関する出来事、U師のこと……すべてがわたしの心の中にある執着、プライドなどが苦しみであるということを理解させるための尊師の慈愛だっ

た。すべては、このマハー・ムドラーの成就の瞬間に向けて、いや、これから先の大乗の修行も考えられて、尊師が計画されたことだったのだ。わたしが尊師に対する不信を芽生えさせることも考えに入れて、尊師は、修行の道からは決して外れないように、わたしの力量を見極め、導いてくださったのだ。

チベット密教では、ミラレパがマルパに、ナローパがティローパにマハー・ムドラーをかけられて偉大なる成就を果たしたという話が伝えられている。現代で、このマハー・ムドラーを完璧にかけることのできるグルは、麻原尊師以外おそらくいないだろう。それだけの神通力、そして智慧、慈愛を持ったグルが存在しないからだ。

――わたしは、尊師という偉大なるグルに巡り会えたことを心の底から感謝した。

◉未来際もついていきたい

個の完成、マハー・ムドラーの成就――。その後、わたしは今、次のヨーガ、大乗のヨーガの成就のための加行（かぎょう）、シャクティーパットを行なっている。

シャクティーパットというのは、グル、シヴァ大神、諸々の真理勝者方（如来（にょらい））が存在するマハー・ニルヴァーナの純粋透明なエネルギーを、直接移入するというオウム真理教の最高のイニシエーションの一つである。このとき、純粋なエネルギーを相手に移入するため、その代わりに相手のけがれたカルマを受けてしまう。そこで、苦しまなければならないため、このシャクティーパットが「自己の苦しみを喜びとし、他の苦しみを自己の苦しみとする」という大乗のヨーガの加行とされているのだ。

このシャクティーパットを行なうことによって、わたしは最近、真理に対する確信、尊師に対する信頼が深まっていくのを感じている。それは、カルマというものの存在を確実に感じることができたからだ。

例えば、シャクティーパットをすると体に痛みが走ったので本人に聞いてみると殺生のカルマがあったり、ガンの人にシャクティーパットをすると、貪りに関係するマニプーラ・チャクラが痛くなったり……。

完全に麻原尊師の教えに一致した体験をするのである。カルマというものが存在し、悪業も善業も確実にわたしたちの内側に蓄積されているんだということを痛切に感じた。たとえ、それが人間には見えなくても、意識が高いレベルになれば感じることができるのだということも——。

また、このシャクティーパットをなすことによって、わたしはつい最近、あることに気づいた。

それは、尊師と共に数十名の出家者が集まっているときだった。尊師が彼らに説法をされた後、最後に、尊師は、みんなに次の月の修行に対する決意を述べるようにと言われた。そして、一人、一人決意を述べていくみんなの声を、尊師はじっと聞かれていた。

※エネルギー移入を含む秘儀伝授。

はた目から見れば、単にじっと聞いているだけにしか見えないことだった。しかし、わたしはそのとき気づいた。尊師は、聞き入られるふりをしながら（もちろん、言葉の内容も聞いておられるのだが）、一人一人にシャクティープラヨーガ――つまり、間接的なエネルギー移入をされていたのである。

それに気づいたのは、わたし自身がシャクティーパットを始めてから何人かのサマナと話す機会があったときに、実際手を触れなくても、相手に集中するだけでエネルギーが流れていったことがあったからだった。実際、わたしも尊師のやっておられるように、決意の言葉を述べている相手に集中するとエネルギーが流れ、相手のカルマが移ってくるのが感じられたのだ。

後ほど、確認のために、尊師に自分の感じたことを話してみると、尊師は、ただ黙ってわたしの話にうなずかれていた。

わたしは、そのとき、それまで全く気づいていなかったが、尊師が表だってやられている※イニシエーションなど以外に、弟子の修行を進めるために陰で様々な

ことをされていることを知った。——おそらく、クンダリニー・ヨーガの成就のときも、マハー・ムドラーの成就のときも、わたしの気づかないところで、尊師はわたしの修行を進めるためにエンパワーメントも含めて、様々なことをなさっていたのだろう。

——わたしの修行ステージが上がれば、もっといろいろな尊師の姿が見えてくるのだろうと思う。しかし、尊師の本当の姿を知るには、尊師と同じステージに立たなくては不可能なのだろう。

その日が一日も早く来るように、日々の修行を積み上げていきたい。どんなことがあろうと尊師についていきたい——わたしは、今、心よりそう思う。

絶対幸福の鍵を解く

生死を超える

現実生活の苦悩から修行を志し、ついに解脱するに至った麻原彰晃尊師の貴重な体験をもとに、釈迦牟尼の「縁起の法」が、実はクンダリニー・ヨーガのプロセスそのものであったことを説き明かした名著「生死を超える」。

改訂

八十六年十二月発売以来、宗教、精神世界に関心を持つ読者に絶大な支持を受け、解脱を目指す修行者にとって、手放すことのできない〝バイブル〟となっております。新たに八人の体験談をまじえて贈る全面改訂版。

麻原彰晃

◎誰にも書けなかった知られざる世界が今ここに！
◎真実を求めるあなた、人生の悩み、苦しみを乗り越えたいあなたに贈るヨーガ、仏教の真髄！
◎修行者二十一人の豊富な体験談も満載！

麻原彰晃著／B6判／定価1854円(本体1800円)

●ご注文は書店にてお願いいたします。直接弊社にお申し込みの場合は下記まで。(送料300円)

●オウム出版 ●〒154 東京都世田谷区世田谷2-8-17 電話：03(3439)6043/郵便振替：東京2-109325

マハーヤーナ・スートラ

MAHAYANASUTRA

麻原彰晃 著

解脱——それは光を超えて

魂は彷徨する、自由を求めて。
魂は飛翔した、歓喜の世界へ!!

解脱それは、一言では表現することのできない深遠で、広大な世界。今まで、曖昧に定義されていた解脱の段階と状態について、この本はわかりやすく解き明かします。真理の最終地点を目指すあなたにとって、欠くことのできない宝書。

B6判296ページ（巻頭カラー8ページ） 定価3090円

●ご注文は書店にてお願いいたします。直接弊社にお申し込みの場合は下記まで。

オウム出版 （本　社）〒154 東京都世田谷区世田谷2-8-17
TEL 03（3439）6043　郵便振替 東京2-109325
（営業部）〒168 東京都杉並区宮前3-8-11
TEL 03（5370）1598

仏陀の智慧が光を放ち混迷の時代を照射する

INITIATION

イニシエーション

麻原彰晃著

この名著はすべてを語っていた！

「解脱」「悟り」のプロセスを細やかに説き明かし、最高の修行法を伝授する。

本来、選ばれた弟子にのみ明かされる秘儀――ヨーガ・仏教の奥儀を極めた修行の正しさは、誕生した三五〇名の解脱者が証明する。

さらに、自民党の大勝と大敗、円高の進行、農作物輸入自由化など、今日の世界と日本の動向を正確に予言している、驚くべき記述の数々！

◎「解脱」「悟り」の真実／現代の仏陀麻原彰晃が最高の修行法を公開。
◎タントラ・イニシエーションの全貌／チベット密教・ゲールク派とオウムの秘儀を比較する。
◎確実に核戦争だ！／日本と世界の近未来を予言する。
◎総勢三十一名の体験談／「クンダリニーが覚醒する」「過去世が甦る」「悟りのプロセス」など、これが修行プロセスと霊的ステージの真実だ。

武田 健さん（東京都／学生）
「末法の時代は終わった」ということを確実に感じさせる本である。

松岡謙次さん（愛媛県／警備員）
読めば読むほど、「頑張ろう、やるぞ」と思わせるような素晴らしい本です。

山本 勇さん（石川県／会社員）
解脱するまでの心の状態が、多くの例を挙げてわかりやすく書いてある。

大森恵子さん（山口県／店員）
他の書では得られない絶対なる真理に触れることができた。

武田葉子さん（熊本県／主婦）
「人間として最高の、最終の目的は何か」ということがはっきり示されています。

本間智加子さん（東京都／経理事務）
宗教に対する偏見がいっぺんに吹き飛んでしまいました。

定価2163円 ご注文は書店にてお願いいたします。直接弊社にお申し込みの場合は下記まで。(送料300円)
オウム出版 〒154 東京都世田谷区世田谷2-8-17 電話03(3439)6043 郵便振替 東京2-109325

麻原彰晃の世界シリーズ

人はなぜ麻原彰晃を尊師と仰ぎ、彼のもとに集まるのか？
その答えがこの本に集約されている。
麻原尊師の多彩な魅力を満載したファン待望のシリーズ。

絶賛発売中!!

PART-1
幸福に至る四つの実践

PART-2
尊師、麻原彰晃が斬る！

PART-3
真実！六道輪廻

PART-4
宗教にだまされるな！

霊障、水子供養、先祖供養、守護霊……。この世にはびこる間違った観念を打ち破り、正しい道を説き示す麻原彰晃尊師。本当の幸福と心のやすらぎを得たいあなたに。

B6判　定価980円

PART-5
絶対の真理

善業も悪業もなしたことが必ず返ってくる——幸福・不幸の根本原因であるカルマの法則を多くの実証例を交えて説く。

B6判　定価980円

PART-6
願望成就の秘法

安全で確実な願望成就の秘法とは？仏教の教義にのっとった正しい願望成就法により、この世での願望は本人も気付かぬくらい自然とかなってしまう……。さらには、解脱・悟りにまで至れる方法を惜しげもなく公開。

B6判　定価980円

PART-7
仏教真理 八正道

最終解脱者のみが語り得る八正道の真の意味合い。高い解脱・悟りへ至る道を、具体的に、現代でもすぐに実践できる方法として説き明かす。巻末に「道に関係づけられた経典（道相応）」の現代語訳も掲載。

B6判　定価800円

PART-8
仏教真理 六波羅蜜

大乗仏教における在家信徒の最も重要な修行法の一つ、六波羅蜜。この修行プロセスを着実に実践しさえすれば、在家でも必ず解脱へと至れる！巻末には、高弟たちの体験談の特別付録付き。

B6判　定価800円

PART-9
尊師、聖地インドを行く

尊師がインドを行く。不思議な神秘の力によって、様々な過去の事実を明かされる尊師。第一部では、信徒と共に行かれた巡礼の旅の全記録を、そして第二部ではなんと、今まで部外秘だった直弟子用奥儀説法を満載！

B6判　定価750円

PART-10
仏教真理 五蘊無我

わたしたち本来のものではない五蘊（形状、容姿、感覚、表象、経験の構成、識別）を我と錯覚し、迷妄に苦しむ人間。この五蘊を証智し超越することによって、わたしたちは人間を超え、神に至れるのである。

B6判　定価650円

PART-11
自己を超えて神となれ！

——大人気を呼んだ尊師大学講演会特集——。東大、京大をはじめ、九一年の大学祭で尊師が若者に、現代における宗教の存在意義等について語られた模様を一挙掲載。

B6判　定価820円

PART-12
仏教真理 十二縁起

サキャ神賢が初転法輪でお説きになった「十二縁起の法」。魂の落下と上昇のプロセスを克明にえがき、人間がこの世に生を受け、絶対的な自由の世界へ至る道程を明らかにする。

B6判　定価620円

PART-13
これが尊師！

雑誌・テレビ・ラジオにと、今大人気の麻原尊師。尊師の人気の秘密は何か？　雑誌社からの取材を中心に、様々な角度から尊師の魅力を探る。

B6判　定価570円

PART-14
宗教の条件

今、本物が明らかになる！　真の宗教の条件とは？　第三次宗教ブームと呼ばれる現在、様々な宗教の中から間違いなく本物を選び出すための条件を、あますところなく説き示す一冊。

B6判　定価570円

（価格にはすべて消費税が含まれています。）

●全国の有名書店にてお求めください。弊社に直接お申し込みの場合は下記まで。

オウム出版

本　社　〒154 東京都世田谷区世田谷2-8-17 TEL03(3439)6043 振替 東京2-109325
営業部　〒168 東京都杉並区宮前3-8-11 TEL03(5370)1598

眼ある人は目覚めよ!

タターガタ・アビダンマ

麻原彰晃 著 B6判 550円

Tathāgata Abhidhamma

真理勝者 絶対最勝の法則

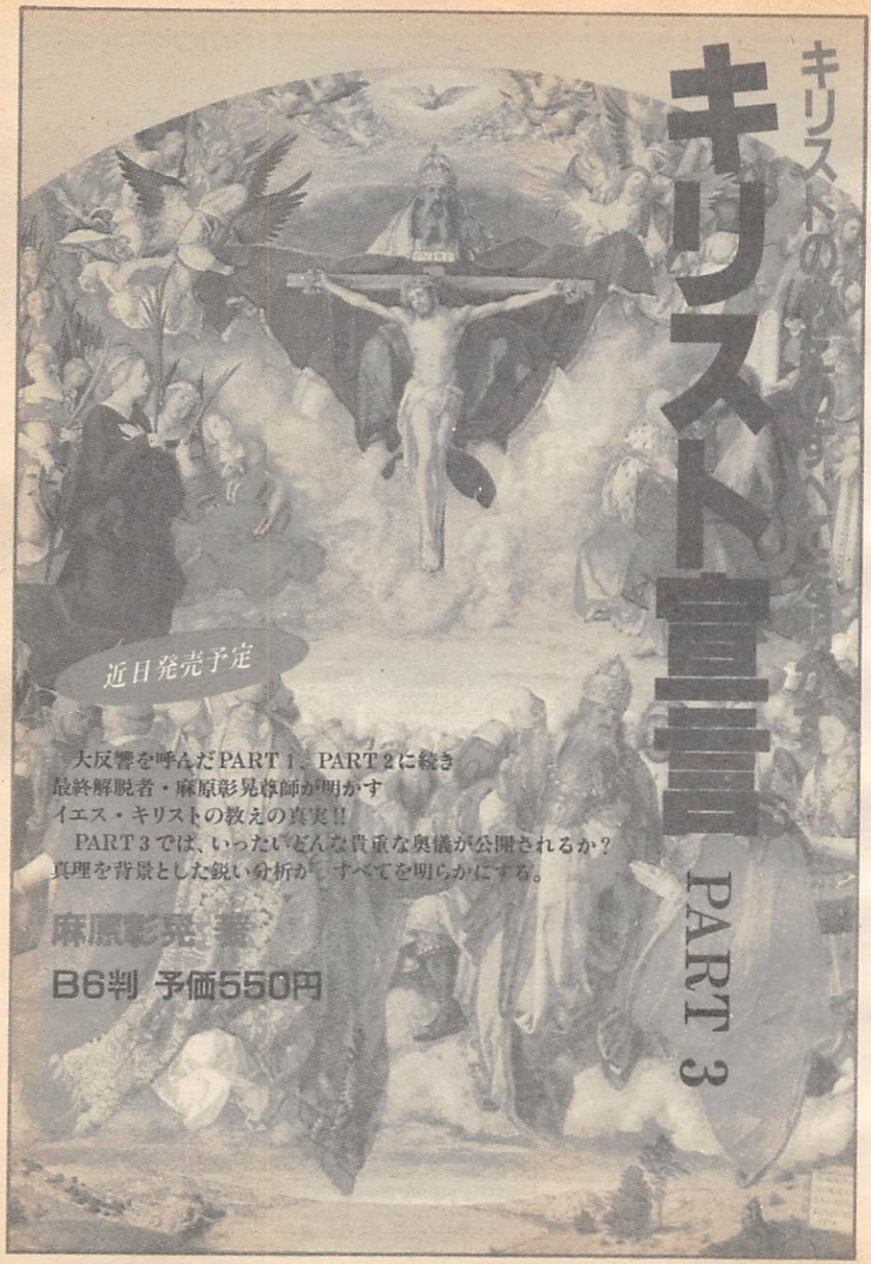
原始ヨーガ、キリスト教、ユダヤ教、イスラム教などすべての真理を内在した史上最強の法則。日本で初めて、サキャ神賢（釈迦牟尼）が説いた全体系が示される。

第一誦品　大宇宙の実相
第二誦品　真理勝者の救済計画

以下続刊

●ご注文は書店にお願いいたします。直接弊社にお申し込みの場合は、下記までご連絡ください。

オウム出版　本　社　〒154　東京都世田谷区世田谷2-8-17　TEL 03(3439)6043　振替 東京2-109325
営業部　〒168　東京都杉並区宮前3-8-11　TEL 03(5370)1598


キリストの
キリスト宣言
PART 3
近日発売予定
大反響を呼んだPART 1、PART 2に続き
最終解脱者・麻原彰晃尊師が明かす
イエス・キリストの教えの真実!!
PART 3では、いったいどんな貴重な奥儀が公開されるか?
真理を背景とした鋭い分析が、すべてを明らかにする。
麻原彰晃 著
B6判 予価550円

神通力者への道

人間から神へ生まれ変わった
麻原尊師の愛弟子たち

成就者——それは高い智性、強靱な精神力、様々な神通力を備えたスーパー・ネイチャー。麻原彰晃尊師の指導のもと、オウム真理教の秘儀を駆使して、四人の男女が「普通の人」から「神通力者」に生まれ変わった!!
ドキュメンタリー・タッチで描く「神通力者」のすべて。

B6判 定価600円(税込)　編集・オウム出版広報編集部

● オウム出版

本 社 〒154 東京都世田谷区世田谷2-8-17 TEL 03(3439)6043 振替 東京2-109325
営業部 〒168 東京都杉並区宮前3-8-11 TEL 03(5370)1598

オウムについてもっと詳しく知りたい……
教義その他について、いろいろと聞きたいことがある……
オウムの人たちの生の声を聞いてみたい……
そんなあなたに最適な情報ネットワーク

好評！あなたとオウムをつなぐ パソコン通信、"オウム真理教ネット"

面倒くさい手続きは一切ありません。オウムに興味をお持ちの方、聞いてみたいことがある方は、今すぐお気軽にご利用ください。

"オウム真理教ネット"のご紹介

TEL番号	03-5370-1726
通信速度	1200/2400bps
通信条件	BITS-8 PARITY-NONE STOP-1
プロトコル	X-MODEM Y-MODEM(-G)
ゲストID	GUEST
運用時間	24時間
入会方法	ゲストログイン後、SYSOPあてメールにて申請

●なお、その他詳細は下記までお問い合わせください。

〒168 東京都杉並区宮前3-8-11
"オウム真理教ネット"事務局
TEL 03-3335-4965

笑顔の明日を予感させるライフクリエートマガジン

Enjoy Happiness

えんじょい・はぴねす

月刊『えんじょい・はぴねす』

――主な内容――

◆Voice of Buddha
最終解脱者が贈る幸福メッセージ
「光を超えて――えんじょい・はぴねす」
麻原彰晃尊師

◆Special Lecture
精神世界ファン必読の特別講義！
「宗教は一つの道」 麻原彰晃尊師

◆JĀTAKA Stories
「仏陀釈迦牟尼からの贈り物
――釈迦牟尼の輪廻転生に見る真実」

◆Science and Truth
仏教の真理を科学の視点で斬る！
「真理を科学する」

◆あなたもわたしも創造主

などなど、他の雑誌では絶対に見られない興味深い情報が満載！

「幸せになりたい！
でも、信徒になるのはちょっと……」
そんなあなたに贈る
最高のプレゼント！

『えんじょい・はぴねす』の定期講読を申し込まれた方は、様々な特典が受けられる〝EH会員〟になることができます。EH会員は信徒ではありませんが、自由にオウムのイベントに参加できますし、全国や海外の本部・支部をいつでも利用できます。
お気軽にオウムをのぞいてみませんか？

特典の一部を紹介すると……

- ◉オウム主催のイベント、説法会等へ自由に参加可。
- ◉幸福情報を満載したEH会員手帳をもれなくプレゼント！
- ◉成就者との対面および電話による悩み相談。
- ◉各種販売物を信徒価格で購入可。

〝えんじょい・はぴねすの会〟会員（EH会員）になるには？

※入会金無料。月刊『えんじょい・はぴねす』の定期購読を申込み、料金の払い込みが確認されるとEH会員となります。
なお、定期購読の申込みは6カ月単位で郵送料込み6000円です。

※詳しくはお近くのオウム真理教本部・支部までお問い合わせください。

最高の智慧、神をも超えた力……
最終解脱者があなたを変える！

オウム真理教

その修行ステージの高さゆえ、
〝イェシェ――完全なる絶対なる神の叡智〟
とチベット仏教の高僧より称えられる
麻原彰晃尊師。
最高の智慧と神通力を有した
日本でただ一人の最終解脱者です。
その麻原尊師が、
あなたに贈る幸福へのプログラム。
病から解放されたい……
最高の幸福を得たい……
解脱と悟りを得、神通力を
ほしいままにしたい……
こんなあなたの願いを、
麻原尊師が仏教・ヨーガ・密教の
あらゆる秘儀を駆使して、
速やかにそして確実にかなえます。

※資料請求券を貼付したハガキ、または電話にて最寄りの本・支部までご連絡ください。入信案内等、詳しい資料をお送りします。

キリトリ線

マハー・ムドラー
資料請求券

この本をお読みになって、どのような感想をお持ちになりましたか。あなたのご意見を、ぜひ下記の「『マハー・ムドラー』読者係」までお送りください。

〒154　東京都世田谷区世田谷2 - 8 - 17
オウム出版「『マハー・ムドラー』読者係」

◆各本支部のご案内◆
富士山総本部　0544(54)1267
〒418-01　静岡県富士宮市人穴381-1
東京本部　03(3327)8565
〒156　東京都世田谷区赤堤2-42-5 杉田村松ビル1F
新東京本部 03(3396)9393
〒167　東京都杉並区下井草4-4-4　井口ビル2F
大阪支部　06(397)1022
〒532　大阪府大阪市淀川区西宮原1-8-14 八光ビル2F
福岡支部　092(474)2877
〒812　福岡県福岡市博多区博多駅前2-6-15 第一渡部ビル6F
名古屋支部　052(252)0709
〒460　愛知県名古屋市中区栄5-8-14 万国ビル3F
札幌支部　011(241)4938
〒060　北海道札幌市中央区北2条西2丁目19-1 チサンホテル本館2F
京都支部　075(371)3759
〒600　京都府京都市下京区堀川通り松原上ル五軒町384 松本ビル2F
仙台支部　022(268)3904
〒982　宮城県仙台市若林区河原町1-4-20 十全会ビル2F
金沢支部　0762(51)8457
〒920　石川県金沢市京町25-20 ソフトオフィスビル2+4 2F
高知支部　0888(84)8286
〒780　高知県高知市はりまや町2-8-8 安藤ビル2F
広島支部　082(264)6250
〒732　広島県広島市南区西蟹屋4-4-18 和田ビル3F
横浜支部　045(243)8079
〒231　神奈川県横浜市中区若葉町3-41-2 コスモ伊勢佐木長者町ビル204
和歌山支部　0734(24)2859
〒640　和歌山県和歌山市駿河町42 和歌山酒販会館2F
水戸支部　0292(26)8044
〒310　茨城県水戸市中央2-2-1 HDビル6F
船橋支部　0474(66)4965
〒274　千葉県船橋市新高根6-26-18
埼玉出張所　0485(74)6205
〒366　埼玉県深谷市荒場441-8
渋谷出張所　03 (3476) 5065
〒150　東京都渋谷区道玄坂1-15-3　プリメーラ道玄坂317号
〈海外支部〉
ニューヨーク支部　212(421)3687
8 East 48th St.＃2E (2nd Floor), New York, N.Y. 10017 U.S.A.
ボン支部　(0228)616647
Auf dem Hugel 48, Endenich, 5300 Bonn 1,　S.R.Germany

マハー・ムドラー

一九九二年四月十二日　初版発行

定　価　五五〇円
編　集　オウム出版広報編集部
発行者　松本知子
　　石井久子
発行所　株式会社オウム
東京都世田谷区世田谷二－八－一七
郵便番号　一五四
電　話　〇三（三四三九）六〇四三
振　替　東京二－一〇九三二五

乱丁・落丁がありましたらお取り替えいたします。

© AUM Editorial Staff 1992
ISBN4－87142－034－5　C0014　P550E

マハー・ムドラー

MAHĀMUDRĀ

ISBN4-87142-034-5 C0014 P550E 定価550円(本体534円)